

روزا باروسيو

هل نربي أولادنا أم نفسدهم؟

B.Jain Publishers

د. روزا باروسيو

هل نربّي أولادنا أو نفسدهم

ترجمة

آمال الأتات



B. Jain

ISBN 978-9953-15-542-5

العنوان الأصلي لهذا الكتاب باللغة الإنكليزية

Discipline with Love





شركة دار الفراشة للطباعة والنشر والتوزيع ش.م.م.
طريق المطار - سنتر زعرور - ص.ب: 11/8254
هاتف/فاكس: 453115 - 1 - 961 00 - بيروت - لبنان
00 961 - 1 - 450950
Email: info@darelfarasha.com
http: www.darelfarasha.com

المحتويات

المقدمة

إن أفضل مديح تلقيته من أحد في حياتي جاءني من صبي من جزيرة كايكون. كان هذا الصبي قد دعا أحد رفاق صفه إلى بيته بعد ظهر ذاك اليوم وفي هذا الوقت تلقت أمه فاكساً عن ورشات عمل قامت بها عندي. سأل الصبي أمه: «ممن ذاك الفاكس؟» أجابته الأم: «إنه عن ورشات العمل التدريبية التي قمت بها الشهر الماضي». التفت الصبي إلى رفيقه وسأله: «هل تقوم أمك بدورات دراسية كهذه؟». عندما أجاب الرفيق بأنه لا يظن أن أمه تأخذ شيئاً من هذا القبيل نصحه قائلاً: «قل لها أن تشارك بها، فذلك لصالحك إذ ستعاملك بشكل أفضل»

لهذا السبب كتبت هذا الكتاب. إذا كان عملي يعلّمنا أن نعامل أولادنا وطلابنا وجميع الأولاد بشكل أفضل فهذا يعني أن جهودي جديرة بالاهتمام. نحن نعيش في زمان صعب ممتع. لدينا فيه القدرة على الوصول إلى معلومات كثيرة ينفيها أو يتغاضى عنها التفكير السليم، إلى حد أن يصعب علينا حل حتى أبسط المشاكل، لا سيما منها تلك التي تتعلق بأولادنا. لماذا؟ لأن كل شيء يصبح أكثر تعقيداً عندما يهزمنا خوفنا من أن نرتكب الأخطاء أومن أن نؤذي أحداً أو من أن نتهم بأن عقليتنا قديمة أو أننا متسلطون فاشستيون أو غير محبوبين أو كثيرو الانتقاد.

كانت مهمة أهلنا أسهل: «هل تأذن لي أن أذهب إلى الحفلة؟». «لا» «ولماذا؟» «لأني قلت ذلك». وهنا ينتهي الأمر. وبعدئذ ينامون بسلام بدون أن يعذبهم ضميرهم أو يشعروا بالذنب.

لقد كان لديهم حس سليم مع العلم أنه كان يُقال إن التفكير في التربية لم يكن جزءاً من حياتهم. لقد كان كل شيء أبسط، غير أنه لم يكن يحق للولد أن يعبِّر عن رأيه أو يدافع عن نفسه أو أن يعارض الأكبر سناً مهما كانوا على خطأ.

أما في العصر الحالي فالأهل يعيشون في واقع مختلف ولعل التنقيب والبحث عن كتاب يعرض لهم الحل للمشاكل التي يواجهونها مع أبنائهم أمر يجذبهم كثيراً. نعم، البحث عن تركيبة تحل مهمة تربية أبنائهم المعقدة. «انس التفاصيل وتوجه مباشرة إلى لب المشكلة. قل لي كيف أتعامل مع هذا الولد وكيف أحل المشكلة معه». وكأن التربية وصفة طعام بسيطة في كتاب طبخ.

نعم وصفات الطعام ممتازة ومضمونة النجاح إذا ما اتبعنا التعليمات بدقة. في الطبخ المسألة مسألة شراء المكونات وتطبيق التعليمات. وحتى الهاوي قد يعد وجبة جيدة إذا ما طبق وصفة من كتاب طبخ جيد.

كيف نفعل هذا مع أبنائنا؟ كيف نشتري كتاب طبخ يقدم لنا الولد المثالي؟. لأن كل واحد منا يفكر على طريقته وهواه سيحتاج كتاب الطبخ هذا إلى محتويات كثيرة وطويلة لنستطيع

انتقاء ما نظن أنه سيصنع طفلاً كامل الشروط والمواصفات. قد يختار كل زوجين وصفة تعتمد على نوع الولد الذي يريدون. إليكم مثلاً خياراً من الخيارات.

وصفة لتحويل ولدكم إلى «فتوة»

المكونات:

* ولد ضعيف يفضل أن يكون دون الثالثة من العمر
* أب أو أم يملكان طبعاً غضوباً
* مدرسة قمعية مستبدة أو مدرسة ليس فيها انضباط
* الإكثار من مشاهدة التلفزيون والنينتاندو وألعاب الفيديو
* صفوف لتعليم فنون الدفاع عن النفس (اختياري)

من الهام أن تستعمل مع هذا الولد القوة. عليك أن تقول له وهو صغير إن العالم مكان خطر وإنه للأقوياء فقط. كما ينبغي عليك ألا تسمح له بإظهار أي ضعف وعليك أن تعلمه بأن البكاء للبنات فقط. علّمه أن يتبارز مع غيره وأن يعرف أن الأهمية هي للربح وأن الغاية تبرر الوسيلة. وعلى الأهل أن يستفيدوا من كل الأوضاع لتعليمه أن عليه أن يدافع عن نفسه. تصرفات أولاد الشارع السيئة وحوادث عجقات السير فرص عظيمة ليتخذوها لهم قدوة في كيفية تخويف الآخرين.

من الهام أيضاً ان يربح النزاعات التي تحدث في الشارع أو المدرسة وقد يكون من المفيد أن يتدخل الأم أو الأب

ليحقق الولد نصره. وإذا اشتكى الأساتذة أو الجيران من عدوانيته فليعمل الأهل على مساندته والقول إن هناك ما استفزه بالتأكيد وإن الذنب ليس ذنبه وإنه ذكي وقوي. وتأكد من أنه يسمعك تقول ذلك ومن أنه يشعر بدعمك غير المشروط. وبعد ذلك أخبره أن أمثاله من الأولاد يثيرون غيرة الآخرين وعلّمه أن يضع دائماً اللوم على الآخرين. لا تتفاجأ عندما يتوقف الأولاد الآخرين عن دعوته إلى حفلاتهم، فابنك بالتأكيد أنضج منهم على أي حال. وإذا وجدت أن من الضروري تغيير مدرسته فاعتبر ذلك تحدياً لكبريائك وبرهاناً على قوة ابنك المتنامية.

ومن الهام أن تتركه يشاهد الأفلام الكرتونية العنيفة أو البرامج التلفزيونية العنيفة. ولا ترسله إلى غرفته وأنت تشاهد البرامج الخاصة بالراشدين، إذ ستساعده على أن يقسو عوده. ومتى أمكن اسمح له، لاسيما في وقت متأخر من الليل، بمشاهدة الأفلام التي لا يحق لمن دون السابعة عشرة بحضورها إلا بوجود الأهل،على الولد أن يتعود على كل شيء. راقب حاجته المتنامية إلى الأفلام العنيفة، فهذا جزء طبيعي من عملية تحجر فؤاده على بلاءات الناس.

وعندما تراه يلعب بألعاب الفيديو شجعه قائلاً: «ممتاز يابني. لقد قتلت خمسة. واو! عليك أن تقضي على شخصين آخرين».

اشتر له لباس الملاكمين أو الألبسة العسكرية وتأكد من أنه يلعب يومياً بالمسدسات والبندقيات وما شابه ذلك من

ألعاب. غط غرفة نومه ببوسترات الوحوش وأبطال الحروب، وإن أمكن، بألوان غامقة أو فوسفورية.

لقِّبه بأتيلا الهوني أو ذي المخالب أو المدمر فهذا سيساعده حتى يكون اسماً على مسمى. وتأكد من أن تشير إلى ذلك بفخر.

تحذير: هذا الولد قد يصبح، عندما يكبر، جانحاً، مضطرب العقل أو شخصاً يضرب زوجته.

إذا لم يتماش مع مزاجك، الولد المستأسد، يمكنك الاختيار من الخيارات الأخرى. مثل:

الولد الوديع	لطيف، محب ولين العريكة
الولد المرح	مضحك، ثرثار، يحب أن يكون مع الآخرين
الولد الذكي	مجدّ، ذكي، لديه القدرة على نيل منحة دراسية

قد يكون مسلياً أن نعبِّر بهذه الطريقة! وكم مرة تمنينا لو أننا نجد، لتربية الأولاد، طريقة مناسبة لكل ولد. ولكن عندما ندرك أن كل ولد حالة فريدة بحد ذاتها، نعرف عندها أنه من غير الممكن أن نربي الطفل عبر اعتماد وصفة عادية.

اعلموا أنه ليس هناك وصفات لتربية الأولاد، علماً أن بعض الكتّاب قد يبيعوننا أوهاماً كهذه. لو كان هناك وصفات كهذه لانحذف جزء هام من حياتنا، أي لانحذفت تلك التجربة التي نعيشها وأولادنا يكبرون أمام أعيننا. نعتقد أحياناً كأهل

أننا رزقنا بالأولاد لأننا نملك الكثير لتقديمه لهم، غير مدركين أن الغرض من وجود أولادنا هو أن يتعلم الواحد منا من الآخر، أي أن نتعلم منهم وأن يتعلموا منا.

عندما نفتح قلوبنا وعقولنا لتلقي ما سيقدمونه لنا من دروس حياتية، سندرك أن لديهم الكثير ليقدموه لنا. في أحد الأيام عدت من العمل، فسألني ابني عن حالي فقلت: «متعبة». فأجابني: « بالتاكيد. فأنت دائماً متعبة». فكرت في رده وأدركت أن ما قاله صحيح، إذ كنت دائماً متعبة وكانت شكواي من التعب جزءاً من حياتي اليومية. وفكرت كم هو رهيب العيش مع أم مرهقة دائماً لا يمكنها إلا الحديث عن انزعاجها. الحقيقة أنه ليس بإمكان الشخص المرهق الشعور بالحماس والشغف أو الاستمتاع بالحياة. وأدركت أني كنت سأنقل إلى ذريتي صورتي كشهيدة وضحية وتصورت على ضريحي هذا النقش:

هنا جثمان امرأة متعبة

فلنحمد الله أنها، أخيراً،

ستزتاح بسلام

بدأت من هنا بتغيير اسلوب عيشي. الآن عندما اقول إني متعبة بصوت ضبابي، أصغي إلى نفسي فينطلق من داخلي إنذار يذكرني بأني وحدي المسؤولة عن سعادتي ورفاهي.

عملية التعلم المتبادل من الولد إلى الأهل والعكس بالعكس عملية ممتعة دائماً. لأني كنت معلمة، كنت في نهاية

كل عام دراسي، اشعر دوماً بالدهشة من ذاك الشعور بالحب الكبير لهؤلاء الأولاد الذين أوقعوا على رأسي أصعب المشاكل. ولكني كنت أشعر مع ذاك الحب بالامتنان المتبادل على كل شيء تعلمناه جميعنا.

التواجد مع أولاد كهؤلاء أشبه باحتكاك حجرين ببعضهما ورؤية تطاير شراراتهما. الشرارات تسبب الحرارة والحرارة تتحول إلى حب، هذا إذا سمحنا لذلك بالحدوث.

لعل دور الأهل هو أصعب دور. فنحن نتعامل مع بشر وكل ما ننجزه أو نقصّر فيه سيسمهم للأبد. ولكن لا أحد درّبنا حتى نكون والداً أو والدة. في بعض الأديان يوّجه خطاب قبل الزواج للزوجين اللذين يقبلان على الزواج. ونحن نتساءل لماذا لا يكون هناك توجيهات لأولئك الذين سيصبحون أماً وأباً. تصوّر ما الذي قد يعنيه لنا إذا استطعنا أن نستعد قبل أن نتخذ قراراً بإنجاب طفل وليس الانتظار حتى تقع المشاكل فنبحث عن المساعدة.

عندما كنت أقوم بورشات عمل للأهل كنت أرى تعابير الألم والأسف على وجوه أولئك الذين تمنوا لو كان كان لديهم معرفة أفضل عن تربية الأولاد فلو كانت لديهم تلك المعرفة لما أذوا أبناءهم. من النادر أن تجد شخصاً يقرر عن وعي إيذاء أبنائه. إنهم يرتكبون الأغلاط بسبب جهلهم وعدم معرفتهم ودرايتهم.

ومع أننا نحلم بإيجاد وصفة لتربية الأطفال، إلا أن

الحقيقة أن البشرية تتقدم وتنفتح على حدود جديدة وأن مستوى الوعي عندها يعلو، ونحن نريد رمي القديم في سبيل الجديد. وداعاً للتسلط والاستبداد والقمع، فإننا لا نريد ارتكاب الأغلاط ذاتها التي ارتكبها أهلنا ولا نريد أن نسبب الصدمات النفسية لأبنائنا. والنتيجة أن الولد المدلل الذي كان في الماضي استثناء، قد أصبح اليوم هو القاعدة.

في خضم هذا التضخم الحاصل ما بين الاستبداد والتساهل، بتنا بحاجة إلى إيجاد توازن. أنا أدعو الأهل إلى اكتشاف طريق جديد، طريق فيه خطان للسير: خط يحترم فيه الأهل الأولاد وخط يحترم فيه الأولاد أهلهم. نحن بحاجة لإيجاد درب من الاحترام المتبادل حيث لا تكون فيه الحرية فقط بل التنظيم أيضاً، درب نكتشف فيه أمننا الداخلي من أجل العمل على إرشاد الطفل بمحبة وحزم أيضاً، على أن نقدم في الوقت ذاته لأولادنا دعم شخص راشد ذي سلطة.

لا أنوي القول إني سأحل لك مشاكلك العائلية. فلا أحد يعرف أكثر منك ما الذي يحتاجه أولادك وما الذي يمكنك القيام به من أجل مساعدتهم. سأحاول فقط أن أحيي ثقتك بنفسك، مقدمة لك أدوات جديدة تواجه بها الأوضاع التي تعيشها يومياً. وبمعنى آخر سأقدم منظوراً واسعاً يمكنك من اتخاذ أفضل القرارات. إذا ادّعيت أني أملك الحلول، فهذا يعني أني آخذ منك سلطتك ومسؤوليتك كراشد، جاعلة إياك اتكالياً تبعياً. حينما نلتمس من الآخرين أن يحلوا مشاكلنا، نرمي حريتنا ونتخلى عن قوتنا فنفشل عندئذ في رؤية أننا

مسؤولون عن خلق واقعنا. في هذه الحالة لا نعود راشدين بل نصبح أولاداً نتكل على «خبير». وهذا بطريقة من الطرق عمل يرضي النفس لأننا نسارع عندما تفشل نصيحة الخبير، إلى وضع اللوم عليه ونبدأ بالبحث عن المساعدة عند «خبير» آخر. وهكذا تجدنا نعتبر أنفسنا ضحايا «أولئك الذي يفترض بهم أن يعرفوا». أليس من أجل هذا ندفع لهم؟

ولكن دعونا لا نخدع أنفسنا: المعنى الحقيقي لتحمل المسؤولية كراشدين، هو التصرف بوقار وشجاعة وحماس، متأكدين أننا نساهم في تغيير عميق في البشرية. فلن يُضاعف أولادنا فقط هذا الجهد بل ستعمل الأجيال اللاحقة واللاحقة على مضاعفته أيضاً.

باختصار أنا أسعى إلى إلهامك وتقويتك كشخص وكوالد أو والدة. سأحثك على البدء بمراقبة أفكارك والإصغاء بعناية إلى الأصوات الداخلية التي تجول في رأسك بحيث تتمكن من التعرف إليها. اسأل نفسك من الذي يتكلم بشكل صحيح الآن؟ قد يكون الشعور بالذنب أو الاستياء أو ذلك الجزء فيك الذي يريد الرضا عن الذات والنزاهة أو قد يكون الذات العليا التي تريد أن تنمي قدراتك الكاملة. حتى نسهّل الأمر عليك نقول لك: قسّم هذه الأصوات إلى فئتين على طريقة ما اقترحه هارف إيكر Harv Eker في كتابه «أسرار عقل المليونير» (Secrets of The Millionaire Mind): الأصوات التي تقويك والأصوات التي تضعفك. أصغ إلى كل الأصوات ولكن انتبه فقط إلى الأصوات الأولى. لا شك أننا أعظم من أفكارنا

وأننا بحاجة إلى تعلُّم التركيز على أفكارنا التي تجعلنا نشعر بأننا أشخاص صالحون ذوو قيمة، والتركيز على الأفكار التي تجعلنا نتفتح ونصبح أشخاصاً أفضل حالاً، بسبب خلقنا واقعنا عبر الأفكار التي نعطيها انتباهنا والخيارات التي نتخذها.

هل يا ترى، ساعدت الأفكار المحدودة والشكوك والمخاوف والقلق أحداً؟ تصوّر للحظة أن لديك زائرين. الأول مغامر، متفائل، محب للبحث والفضول والثاني ممتعض، متلاعب، كثير الريبة والشكوى، متشائم يشعرك دائماً بالذنب. تصور أن كليهما يريدان انتباهك والتحدث إليك باستمرار. إذا لم يكن بإمكانك التخلص من أي منهما. ترى من منهما ستقرر إعطاؤه انتباهك؟ لا بد أنك ستختار ذاك الذي يرفع معنوياتك ويجعلك سعيداً ومسروراً. يمكنك أن تركز على ما يقوله وتشعر بالامتنان على ما يجعلك تشعر به.

ما الذي ستفعله بالزائر الثاني؟ تأمل أن يختفي مع الوقت. لديّ أنباء سيئة لك، هذا الشخص لن يبتعد أبداً علماً أن صوته قد يصبح أخف ووجوده أقل قباحة. إنه يلعب دوراً هاماً في حياتنا. ووجوده هنا ليس صدفة. فهو آت من العقل الباطني الذي يردد كل ما هو سلبي كنا قد سمعناه يوماً من محيطنا وأنفسنا. إنه أيضاً ذلك الجزء الذي يعبّر عن عواطفنا التي تخرج عندما نتأذى، أو نغضب، أو نخاف، أونشعر بالذنب والقلق أوالشفقة على الذات. هذه الرسائل قد تقوم بمهام الرسل الذين سيرشدوننا إلى الأماكن التي علينا العمل فيها على أنفسنا لنصل إلى الشفاء الداخلي.

ولكن تجاهل أو محاولة نسيان ما تقوله الأصوات، قد يؤذينا فعلياً وقد يكون هذا خطر «التفكير الإيجابي». عندما ندّعي بأن الزائر الثاني غير موجود، فإننا نغش أنفسنا. الواقع أننا هنا بحاجة للإصغاء جيداً لنتمكن من رؤية ما هي المعلومات المفيدة وما هي المعلومات التي علينا طردها.

إذن ماذا علينا أن نفعل؟ علينا أن نصغي إلى زائرنا الثاني ولكن من دون أن نخوِّله السلطة أو نسمح له بالسيطرة على حياتنا. عندما يخبرنا هذا الصوت: «لا تضع الحدود لولدك، لأنه لن يحبك بعد الآن»، يمكنك الرد: «سمعتك. أنت مخاوفي تتكلم ولكنني قررت أن أكون قوياً وأن أتصرف رغماً عنك». وإذا راقبت نفسك ووجدت أن هذا الصوت مستمر في عقلك، اعمل على التحقق من هذا الخوف. من أين يأتي؟ لماذا أشعر بعدم الأمان فيما يتعلق بالحب؟ وإذا لم أستطع وحدي اكتشاف السبب فلأعمل على استشارة شخص مختص في هذا المجال.

لماذا يتردد الشخص في طلب مساعدة للمشاكل العاطفية أو النفسية؟ لماذا نفضل تجاهلها مع علمنا بأنها تؤثر في أولادنا وفي الآخرين من حولنا؟ إذا كان هناك مشكلة في السيارة هل سيفكر الواحد منا قائلاً لنفسه: «سأتجاهل فقط أن السيارة تدخّن. ستكون بخير غداً»، أم سيفتح غطاء المحرك ويقول: «سأصلحه بقدرة الله» فيما هو لا يعرف شيئاً عن الميكانيك؟، أو إذا لم يكتشف الميكانيكي الأول ما هو العطل هل سيقول: «حظ سيء. سأتجاهل الأمر»؟. بالتأكيد

لا بل سيبحث عن غيره وغيره حتى تحل المشكلة.

يذهب بعض الناس إلى معالج نفسي فإذا فشل يستسلمون. عندما لا ينجح المعالج في معالجة مشكلتك جرّب معالجاً آخر. لا تستسلم. هذا يتعلق بسعادتك العاطفية وسعادة عائلتك بأجمعها.

تحتاج حياتنا العاطفية والجسدية والعقلية إلى درجات متساوية من العناية، لأنها ثلاثتها تتمازج فالواحدة منها تؤثر في الأخرى. هذه هي الطريقة التي تتواصل فيها مع بعضها بعضاً: الأفكار تنتج في أجسامنا ردود الفعل الكيميائية التي تطلق المشاعر، وهذه المشاعر بدورها تُخرج أفكاراً جديدة تثير المزيد من المشاعر. «أشعر أني أم سيئة» يطلق هذا رد فعل كيميائي في جسدي فأشعر بأني غير كفء وحزين. إذا أضمرت هذا الشعور وفوضته سلطة هذه الفكرة المحدودة في عقلي، ستجذب الفكرة المزيد من الأفكار المحدودة. وبمعنى آخر إذا شعر الضيف بأنه شخص مرحب به ومرتاح فسيبدأ بدعوة أصدقائه. وهذا يعني أن فكرة « أنا أم سيئة» ستدعو أفكاراً أخرى مثل: «لا شيء قد أفعله سيكون جيداً، أنا أقوم دائماً بالأشياء غير الصحيحة» و: «لا بد أني غبية». أنا الآن لا أشعر فقط بعدم الكفاءة والحزن بل أشعر أيضاً بالإحباط والاكتئاب.

عندما تبدأ الفكرة المحدودة بدعوة رفاقها، سرعان ما ستستضيف مجموعة من الأفكار المقوّضة للقوة. ومع الوقت ستكوّن هذه المجموعة نادياً للأفكار الهدّامة.

بمعنى آخر، ستكون الأفكار والمشاعر مترابطة بحيث لا يمكن تواجد واحدة منها بدونِ الأخرى. وقد تبدأ الفكرة الهدّامة للقوة بسلسلة من ردود الفعل وذلك عبر تغيير كيميائية الجسم، التي بدورها ستنشط المشاعر السلبية. وهذه بدورها ستوقظ أفكاراً محدودة أخرى، وستقوم هذه الأخيرة بدورها بإثارة ردود الفعل الإضافية في أجسامنا وعواطفنا.

إن فكرة: «لن أقوم أبداً بأي شيء صحيح» ستوقظ الشعور بالإحباط فتجعلني أشعر «أنا فاشل»، الأمر الذي سيجعلني أشعر بالغضب وعندئذ ستنبثق فكرة: «لماذا لا أستطيع أن أكون مختلفاً» وسيشعر الشخص بعدم جدوى وجوده وهكذا دواليك.

يبدو أن الأفكار التي تملك الرنين والذبذبات ذاتها ستشكل مجموعة وعندما تظهر فكرة هدّامة ستدعمها أفكار أخرى. وإذا استضفنا هذه الأفكار الهدّامة مراراً وتكراراً ستصبح أفكاراً نموذجية ومع الوقت ستصبح هذه الأفكار مواقف.

لو افترضنا أنني سمعت وأنا طفل باستمرار هذه العبارة: «أنت فاشل»، فستتسرب هذه الفكرة إلى عقل الطفل اللاواعي فيّ. في وقت لاحق عندما حاولت أن أفعل شيئاً وفشلت انبثقت الفكرة في عقلي من جديد: «أنا فاشل». قد لا أذكر حتى من أين جاءت الفكرة. ففي وقت من الأقات أصبحت هذه الفكرة فكرة نموذجية. وبسبب هذه الفكرة المحدودة، خرّبت جهودي وإنجازاتي.

ما الذي يمكننا فعله في هذا الصدد؟ أن يتعلم الواحد منا أن يراقب أفكاره، وحينما تنبثق فكرة محدودة فليستبدلها بعبارة إيجابية. وبدل أن تفكر الأم في فكرة: «أنا أم سيئة»، فلتفسح لنفسها بعض المسافة ولتكرر عبارة: «أنا واثقة من قدرتي وحكمتي الداخلية في إرشاد طفلي». كرري هذه العبارة عدة مرات، وشيئاً فشيئاً سيتبدّل الشعور الهدّام إلى شعور بالثقة بالنفس. فكما تعمل الأفكار المقوّضة الهدّامة على تشكيل مجموعة من مثيلاتها من الأفكار الهدّامة كذلك تفعل الأفكار البناءة الملهمة. الواقع أن تكرار العبارات الإيجابية قد يجذب مثيلاتها من الأفكار الإيجابية: «أنا قادرة على تربية طفلي وحمايته وأنا أم محبة». شيئاً فشيئاً ستقدر هذه الأفكار البناءة الملهمة على الحلول محل تلك المحدودة المعوّقة مفسحة المجال لك للشعور بالرضا والسعادة والثقة بالذات.

بمعنى آخر سأتمكن شيئاً فشيئاً من تغيير الأفكار المحدودة التي تؤثر في ثقتي بنفسي والبدء بتبديل العادات السلبية التي أصبحت جزءاً من حياتي. تذكر أننا لسنا عقولنا أو أفكارنا فقط بل نحن أيضاً نملك الإمكانية على تدريب عقولنا وتوجيه أفكارنا. الخطوة الأولى هي أن ندرك مدى قوة هذه الأفكار المحدودة التي تؤثر في حياتنا والطريقة التي ننظر فيها إلى أنفسنا. في الخطوة الثانية سنفهم كيف قدرت تلك الأفكار على إضعاف ثقتنا بذاتنا، وهذا سيؤثر بالتأكيد على الطريقة التي نتصل فيها بأولادنا. إنما سنتمكن عن وعي من تغيير هذا عبر استثمار وعينا للأفكار التي تحثنا وتجلب إلى قلوبنا السعادة والسرور.

ولكن ماذا لو كنت لا أملك إلا الأفكار الهدّامة؟ ماذا لو أن أصواتها قوية ومباشرة وماذا لو أنها لا تعمل إلا على انتقادي والحط من قدرتي وماذا إن كنت أصدق كل كلمة تقولها؟ لا شك أني سأشعر بعدم قيمتي! ولا بدّ أني سأمنحها الكثير من الانتباه غير مدرك أنها تشغل كل مساحة من أفكاري.

ولكن اعلم أنك لم تتأخر على تبديل هذه الأفكار الهدّامة وأنك قادر على دعوة أفكار جديدة وواسعة الأفق إلى حياتك. لهذا السبب سأقدم لك لائحة من العبارات التوكيدية التي عليك تكرارها لمساعدتك على استلام السلطة. ستجدها في كل الكتاب. الواقع أن الأفكار التوكيدية هي جمل تساعدك، إذا ما أعطيتها شيئاً من انتباهك، على البدء بتغيير المعتقدات الخاطئة التي تعيقك وتعيق أولادك وواقعك. عندما ستكررها مراراً وتكراراً ستبدأ بالتسرب إلى عقلك اللاواعي، شاقة طريقها، مستبدلة معتقداتك القديمة المتولدة عن المخاوف والاستياء والشعور بالذنب. العبارات التوكيدية قادرة على إعطائك الباعث على إعادة النظر عندما توشك على تكرار العادات القديمة.

أقترح أن تختار عبارة أو عبارتين من العبارات التوكيدية، وليقع اختيارك على تلك التي تجذبك. ثق انها ستكون الداعمة لحاجاتك في هذه اللحظة. عندما ستكررها، قد تبدو لك هذه العبارات غريبة وزائفة في البداية. لعلها ستبدو صحيحة بشكل لا يصدّق. الأمر أشبه بارتداء فستان أو بدلة لأول مرة. سترى نفسك في المرآة وستبدو رائعاً بحيث قد

تشعر بأنك غريب بعض الشيء وكأن من تراه لست أنت في الواقع، لأن من الصعب أن تصدق أن من الممكن أن تكون على هذه الدرجة من المظهر الحلو. ولكن عندما ستواظب على ارتدائه فستشعر شيئاً فشيئاً بالثقة بالنفس ثم لن تلبث أن تفكر: «نعم. هذا أنا فعلاً. هل أنا جذاب؟»

إليك البشرى السارة. حينما ستردد هذه العبارات التوكيدية، ستؤثر في كل مجموعة الأفكار المحدودة. نعم، ستقضي على نادي الأفكار الهدامة وتبدأ باستضافة مجموعة من المشاعر والأفكار الواسعة الأفق.

لهذا الهدف، أقترح أن تنسخ هذه العبارات على عدة أوراق وتحملها معك في جيبك أو حقيبتك أو تلصقها على مرآة غرفة نومك أو مكتبك أو في أي مكان يمكنك رؤيته مراراً. كرر هذه العبارات قبل النوم وعندما تستيقظ أو كلما تذكرتها في نهارك. أحب أن أكررها مراراً وتكراراً عندما أقوم بنزهتي الصباحية، وحينما أكون وحدي أرددها بصوت عال.

قد تساعد هذه العبارات التوكيدية على التغلب على المخاوف والشعور بعدم الأمان كما قد تساعد على اكتساب القوة المطلوبة لاستعادة سلطتك الكاملة كأهل وأساتذة. ستكون هذه العبارات الخطوة الأولى لتغيير الأفكار العالقة عن ذاتك وحياتك بشكل عام. يمكنك بالتأكيد أن تصيغ عباراتك الخاصة لتكون على مقاسك وحدك. بإمكان العبارات التوكيدية أن تُلبي حاجاتك الخاصة. استعمل مخيلتك وثق بحكمتك الداخلية.

وفيما تعمل على ترديد العبارات التوكيدية، سيكون من الهام في هذا الوقت أن تحاول الشعور بها. ركّز على الأفكار والمشاعر التي ترافق. لاحظ كم هو رائع أن تشعر بأنك مزوّد بالقوة.

كلما ردّدت هذه العبارات، تسرّع اعتيادك على الشعور بأنك مزود بالقوة وهذا يمكن ان يهيئ لسلسلة من ردود الفعل الإيجابية في حياتك.

عندما تشعر بأنك مزوّد بالقوة والثقة بالنفس سيتغير موقفك من الحياة ومن أولادك الذين بدورهم سيتجاوبون بطريقة مختلفة معك. مع أنك لن تغيِّر أولادك من خلال تغيير ذاتك إلا أن جهودك ستؤدي إلى حدوث بعض التغييرات فيهم.

في نهاية هذا الكتاب، ستجد لائحة من العبارات التي وردت في فصول متعددة.

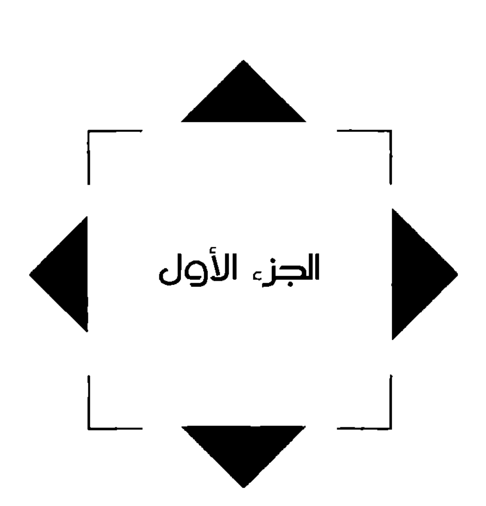
أخيراً، أنا أريد أن أقول إنني كتبت هذا الكتاب لتقرأه بقلبك وعقلك. وأنا أسعى إلى لفت انتباهك حتى ترى ابنك بعيون جديدة ولتعرف أنه يحتاج ما احتجته أنت دائماً: القبول، الحب، والأمان. أرغب في مساعدتك على أن تتذكر ما كنت، عندما كنت طفلاً، تحبه وتريده وتخاف منه، لأن ما يحتاجه ابنك هو الذي ما زلت تسعى إليه اليوم. الأشكال تتغير ولكن الحاجات تبقى.

أدعوك للتعرف إلى قدرتك على النمو من خلال تعايشك

اليومي مع أولادك. الواقع أنهم لا يتوقون إلى أهل كاملين بل إلى أهل يطمحون أن يصبحوا أشخاصاً أفضل. قد ترغب في تزويد نفسك بالحب والفرح وحس الدعابة عاملاً على إصلاح وقارك، مطوّراً قدراتك بحيث تصبح ملهماً لأولادك ولمن حولك. حسناً هذا عمل شاق ولكنه عمل يجدر بنا القيام به.

أشكرك للسماح لي بالسير إلى جانبك لبرهة من الزمن.

ملاحظة: حاولت تجنب التكرار الممل. لذا عندما سأشير إلى الأمهات فإنني أشير وأقصد بقولي أيضاً الآباء والعكس بالعكس وعندما أشير إلى الصبيان فأنا أيضاً أقصد البنات.



الجزء الأول

الفصل الأول

التربية المتسلطة

أذكر مرة أنني كنت أتناول الغداء مع إحدى العائلات، وقد كان الطبق الرئيسي في هذه الوجبة الدجاج. سأل الأب كل ولد من أولاده:

«أي جزء من الدجاج تريد؟»

أجاب الابن الأول: «الصدر»

فأمر الأب: «أعطِه الفخذ»

«وأنت؟» «الجزء السفلي من الفخذ» «أعطِه الصدر»

«وأنت؟» «الصدر» «أعطِه الجانح»

«وأنت؟» «الرقبة» «أعطِه الجزء السفلي من الفخذ»

لم يحصل أي واحد منهم على ما يريد ولم يعترض أي ولد أو يشتكي. لقد تعلموا أن يأكلوا كالعسكر: لا سؤال ولا تعليق. فمهما كان ما فكروا به، بقي كامناً في عقولهم لأن أفكارهم لا تخرج أبداً من أفواههم.

لقد عاش أسلافنا مثلما عاش عدد كبير منا في ظل طريقة استبدادية، فقد تربوا على قاعدة: «افعل ما أقول، لأني أقول ذلك» نقطة انتهى الموضوع.

لقد كان الراشدون حازمين، واثقين من أنفسهم. لا يترددون أبداً متى عليهم اتخاذ القرارات ونادراً ما أخذوا مشاعر الطفل أو ما يفضله بعين الاعتبار.

في العائلات ذات النظام الاستبدادي كان الطفل يعرف الحدود ويعرف عواقب أفعاله إذا رفض أن يطيع الأوامر. وكان الأهل يمارسون حقوقهم في توجيه أطفالهم بدون الخوف من أن يتم انتقادهم وهذا ما أعطاهم السيادة الحصرية على حياة أبنائهم. لقد كان الطفل بالنسبة لهم شخصاً غير ذي شأن، لا يحق له إعطاء الرأي أو اتخاذ القرارات أما مشاعره فهي شيء مرفوض مهمل.

لقد أخبرتني إحدى الصديقات قصتها:

«أبي، هل لي أن أخرج مع رفاقي؟» هذا ما سألته ميرنا ابنة السادسة عشرة لأبيها الذي أجاب: «لا».

ارادت هذه الابنة أن تعرف السبب: «لماذا؟ لقد أحرزت علامات جيدة وقمت بكل الأعمال المنزلية المطلوبة مني».

«لا تراجعي أباك في أي أمر. أنت معاقبة مدة 15 يوماً، بدءاً من الآن». نظرت ميرنا إلى ساعتها وعلمت أنها حتى الساعة الرابعة من نهار الجمعة، أي من الآن حتى أسبوعين،لن تكون قادرة على الخروج مع رفاقها.

كيانان منفصلان: عالم الراشدين وعالم الأطفال

غير أن للتربية الاستبدادية أوجهاً إيجابية. فالتركيبة العائلية

واضحة: الأوامر تصدر عن الأكبر سناً الذي يحمل على عاتقه كل المسؤولية وعلى الطفل الطاعة. بهذه الطريقة يمكنه أن يكبر بدون أن يقلق من القرارات التي ليس عليه اتخاذها. الواقع أن هذا الطفل كان يملك دعم الراشد ويعيش براءة عالم الطفولة. كما أن الراشدين كانوا يعتبرونه غير ناضج وأخطاؤه إنما تنتج عن عدم نضجه هذا. فالأهل تحملوا كامل المسؤولية ليربوه حتى يصبح إنساناً ذا شأن. والاختلافات والفروقات ما بين عالم الراشدين وعالم الأطفال واضحة ومحددة، ولا يسمح بأي انتهاك. فكل من الطفل والأهل يعرفون أماكنهم.

> أرادت ساندرا أن تعرف إذا كانت تستطيع الخروج إلى الباحة للعب مع الجيران. فتحت الباب ودخلت إلى غرفة الجلوس فرأت أمها تتحدث مع الخالة بارثا. عندما رأتاها، أخفضت المرأتان صوتيهما وقطعتا المحادثة. وعم صمت مطبق فيما الطفلة تنتظر من أمها أن تشير إليها بنظرة حتى تقترب. اقتربت الطفلة من أمها ولكنها أبقت بينهما مسافة وانتظرت بهدوء حتى تسألها أمها عما تريد. «نعم يمكنك الخروج حتى أناديك لتناول العشاء». وانتظرت المرأتان حتى غادرت ساندرا، لتستأنفا حديثهما من جديد.

تعيدنا هذه القصة إلى الزمان الذي كانت فيه محادثة الراشدين حصرية بالراشدين فقط. فلا حق للطفل بالاستماع إلى حديث الكبار لأنهم في عمر غير مناسب. كان الأهل

يراقبون كل كلمة يقولونها ولم يكونوا يطلعون الطفل على شيء إلا إذا اعتقدوا أنه ملائم لعمره وهذا ما كان يخلق فصلاً واضحاً ما بين عالم الأولاد وعالم الكبار وما كان يقدم في الوقت ذاته الحماية الضرورية للطفل الذي لم يكن يسمع تعليقات الراشدين التي قد تسبب له الخوف والقلق. في ذاك الوقت لم تكن الظروف تضغط على نفسية الطفل لأن لا شأن له بها ولأنه لم يكن في موضع يخوله التغيير. يا للاختلاف ما بين الأمس وما بين ما يحدث الآن!

صالح الطفل

كان الأهل الذين يعتمدون الطريقة الاستبدادية يهتمون بالطفل ويعطون الأولوية لصالحه وسعادته، منظمين يومه بأعمال روتينية كانت تعتبر مقدسة. كان يتناول فطوره وغداءه وعشاءه في أوقات ثابتة. وكان وقت النوم والحمام جزءاً من الأعمال اليومية الروتينية التي من غير المقبول تغييرها. أما الاستثناءات فكانت نادرة ولا تحدث إلا في مناسبات خاصة كعيد الميلاد أو زواج أحد الأقارب أو ذكرى زواج الجدين.

وكانت هذه الأعمال الروتينية تعطي الطفل أماناً عاطفياً لأنه كان يعرف ما الذي يتوقعه ولم يكن يقفز من شيء لآخر ولم يكن مطلوباً منه التأقلم والتكيّف وهما أمران يسببان فقط الضغط النفسي.

لم يكن على الطفل الصغير إلا اللعب وترك الراشد يهتم بحاجاته الجسدية. وكانت الأمهات يبقين في المنزل مقدمات

لأولادهن الاهتمام الذي يتطلبه الطفل. وحتى عمر المدرسة كان الطفل يقضي وقته في المنزل، ويتعلم كيف يساعد بأعمال منزل عائلته الكبيرة ونادراً ما كان يخرج وقلما كان على عجلة من أمره فليس هناك من كان يستعجله. كما لم يكن هناك توقعات عما سيتعلمه أو يحققه الطفل. لقد كان الطفل طفلاً فقط وهذا ما كان يسمح له أن يزهر وينمو كالوردة البرية التي لا تحتاج إلا إلى البيئة الملائمة.

وعندما كان يصبح في عمر المدرسة، كان يقوم بواجباته المدرسية ولكن جزءاً من وقت فراغه كان ملكاً له ليستمتع به. في الماضي كانت الفروض تكملة للأنشطة المدرسية و لم تكن تحتاج إلا إلى وقت قليل لذا كان الأهل يتركون الولد حراً ليلعب مع أقاربه وجيرانه حالما ينهي واجباته المدرسية.

دعم العائلة والأقارب

كانت الأمهات ينعمن بدعم نساء العائلة: الأم، الخالة، الجدة أي جميع النسوة اللاتي ساعدت وتعلمت كيف تهتم بالأولاد. كانت الأم والجدة تكرسان وقتيهما لتعليم بناتهن عادات عالم الأنثى ليستطعن معرفة كيفية حماية وتغذية الطفل عندما يحين الوقت. وكان هذا الدعم الأنثوي يقدم الإرشادات عن كيفية التجاوب مع حاجات الطفل وكيفية المساعدة على إيقاظ غريزة الأمومة بحيث تفهم الأم ما يريده صغارها وتشبع حاجاتهم.

كانت الغريزة تتيح لهن اتخاذ القرارات الحازمة بدون أي

تردد أو شك. ولم تكن الأم تعتقد أن عليها تبرير قراراتها لابنها أو لأي شخص آخر ولم تكن أيضاً تقارن نفسها بجيرانها أو تستشير طبيباً نفسياً أو معالجاً نفسياً مختصاً بالعلاج العائلي. كانت هؤلاء النسوة يعتقدن أن «الأمور في منزلي تجري بهذه الطريقة فإن أعجبك الأمر كان ذلك ممتازاً وإن لم يعجبك كان ممتازاً أيضاً».

> أذكر عندما كنت صغيرة أني سألت أهلي: «لماذا لا تسمحان لي بالمبيت عند رفيقتي «بيكي»، فأجاباني: «لأننا قلنا ذلك». وعندما رأيت «بيكي» لاحقاً سألتني لماذا لا يسمح لي أهلي بالمبيت عندها فأخبرتها بأنهما قالا لي:«لأننا قلنا ذلك» فقالت: «آه» وتقبلت أنا وهي هذا التعليل.

في ذاك الوقت كان هذا التعليل: «لأننا قلنا ذلك» كافياً ليقتنع الأولاد.

النتائج العاطفية

إن تأمين حاجات الطفل الجسدية والفصل الواضح ما بين عالم الطفل وعالم الراشد و دعم الأقارب للأمهات، أمور تُعدّ كلها أوجهاً إيجابية لهذه الحقبة الزمنية. ولكن لا بد من القول هنا إن الأهل في ذاك الزمن لم يكونوا يفكرون في التأثيرات التي تخلفها تصرفاتهم في أولادهم. فقد كان جلياً للراشد ما يتوقعه من الطفل وحتى يحقق الراشدون غاياتهم كان الطفل يتعرض للضرب والإذلال فالغاية تبرر الوسيلة.

وبناء عليه كان ينشأ الطفل إما تحت إحسان أو غضب الراشد الذي لم يكن يسأل عن العواقب النفسية التي تخلفها تصرفاته في الطفل. وحتى يتجنب الأهل الإفراط في تدليل طفلهم، لم يكونوا يتوانون عن القيام بأي شيء في سبيل ذلك.

قام ابن السبع سنوات بسرقة بعض المال من محفظة والده. في المرة الأولى التي قبض فيها عليه صفعه والده وفي المرة الثانية ضربه بالحزام أما في المرة الثالثة فسجنه في غرفته مدة ثلاثة أيام بدون أي شيء إلا الماء والخبز.

لم يعد الصبي إلى السرقة أبداً من والده. فقد تعلم الدرس ولكنه كان مجروحاً من الداخل بسبب هذه الإساءة. ترى ما الذي فكر فيه هذا الصبي وقد حبسه والده وعامله كمجرم؟

لقد تركت حادثة أخرى آثارها على إحدى صديقاتي:
«كنت في السادسة من العمر عندما قدمت لنا أمي البيض للفطور. ولأنني لم اكن أحب البيض ولأنني ظننت أن لا أحد يراني خرجت ورميت البيضة في سلة المهملات. في عائلتي لم يكن مسموحاً تبذير الطعام لأن أمي كانت ألمانية وكانت قد عانت من المجاعة في ألمانيا بعد الحرب العالمية الأولى. الذي حدث أن أمي أدركت ما الذي فعلته. وعندما خرجت عائلتي كلها في نزهة، أخذتني أمي من يدي بدون أن تقول كلمة ووضعتني في سقيفة مظلمة وأغلقت الباب

عليّ. لقد تركتني هناك وحيدة طوال اليوم حتى عاد الجميع ليلاً. عندما فتحت أمي الباب أمسكت بيدي وأعطتني العشاء... وكان بيضة!»

لقد تعلمت صديقتي درسها : عليك تناول ما يقدم لك، سواء أأحببته أم لم تحبيه، لأن من غير المسموح تبذير الطعام.

كانت النية جيدة ولكن الطريقة كانت قاتلة. ما زالت التجارب المرّة كهذه تكوي ذاكرتنا بألم ومرارة.

المدارس التي تستعمل الطريقة الديكتاتورية بالتعليم

ما يزال هناك، ويا للخزي والعار! مدارس قائمة على النظام الديكتاتوري. على الطفل أن يتعلم أما الثمن الذي سيدفعه حتى يحقق هذا الهدف فلا يهم ماهو. فحتى لو تحقق هذا عبر السخرية أو الإذلال أو الضرب، فالمهم أن يحصل الولد على درجات عالية. وترى الأهل يقبلون بسوء المعاملة هذه خوفاً من يتم حجز الولد بعد الدوام عقاباً له وإن حدث ذلك فماذا عن مستقبله؟

في روضة من رياض الأطفال الهامة والمشهورة كان ابن صديقتي ورفيقه لا يهدآن في الصف فقامت المعلمة في يوم من الأيام بعدما فقدت صوابها من شدة الغضب بربط الطفلين بالكراسي وكمت أفواههما بشريط لاصق.

لا مشكلة! فلاحقاً يمكن معالجة الأمر. فإذا ترك تصرفهم

عواقب نفسية وخيمة فليعمل الأهل على معالجة المشكلة النفسية لاحقاً. أليس من أجل هذا وُجد المعالجون النفسيون؟

وأخبرتني إحدى الأمهات عن مدرسة أولادها. في هذه المدرسة يجلس التلاميذ وفقاً لدرجاتهم. «ماذا تقصدين؟» سألتها مستفسرة. فشرحت لي أن التلاميذ يجلسون وفقاً لدرجاتهم ونتائج علاماتهم فالتلاميذ الذين يحرزون الفئة أ يجلسون في المقاعد الأولى وتلاميذ الفئة ب يجلسون في الصف الثاني من المقاعد وهكذا دواليك أما الذين يحرزون الفئة «ف» فيجلسون في الصف الأخيرمن المقاعد.

أصبت بالدهشة ورحت أتصور ما الذي قد يفكر أو يشعر به الطفل الذي يجلس في الخلف: «أنا فاشل، لا فائدة مني ويجب أن أخجل من نفسي»، ولا بد أنه يفكر أيضاً: «لماذا أذهب إلى المدرسة». الحقيقة أنني أعتقد أنه ليس هناك طريقة أفضل من هذه لتثبيط التلميذ.

وماذا عن الأولاد الذين يجلسون في المقاعد الأمامية؟ لا بد أن الولد منهم يشعر: «أنا أفضل من الجميع» ومع الوقت سيصبح متكبراً وسينظر إلى الآخرين نظرة احتقار ودونية. ولكن الشكوك ستساوره متسائلاً: «ماذا لو لم أستطع المحافظة على الدرجة أ؟ ماذا لو أفسدت الأمر؟ ماذا سيحدث إن فشلت وخيبت أمل أهلي وأساتذتي؟». سيدفع هؤلاء التلاميذ ثمن الشعور بعدم الأمان والشعور بالخوف من أن يفقدوا ما أحرزوه. والنتيجة أنه سيصبح مضغوطاً نفسياً إلى حد كبير، كبير جداً.

لو نظرنا إلى الأمر بإمعان لوجدنا أن الجميع يخسر. فأولئك الذين يحجزون بعد الدوام ويهانون، يخسرون. والأشخاص العاديون يخسرون لأنهم يعتبرون أشخاصاً عاديين متوسطي الذكاء. والأولاد المتفوقون الذين يصفق لهم الراشدون يعانون أيضاً لأن رفاق صفهم يحسدونهم.

يمكننا ذكر آلاف القصص عن سوء المعاملة في المدارس التي تتبع النظام الاستبدادي. ففيما يعملون على تدريب الدماغ، يحطمون أفئدة التلاميذ.

الفصل الثاني

القفز من الاستبدادية إلى التساهل المفرط

«ليس لدي فكرة كيف أربي أولادي ولكني أعرف شيئاً واحداً هو أنني لن أرتكب نفس الأغلاط التي ارتكبها أهلي معي»

أصبح هذا التصريح شعار أولئك الذين عانوا من النظام الاستبدادي. وقرروا ألا يعاملوا أولادهم كما عوملوا وكان أن اتخذوا طريقاً جديداً.

بسبب قرارهم هذا انتقلوا من تطرف إلى آخر. فبدل أن يصبحوا استبداديين كأهلهم، أصبحوا أهلاً متساهلين بشكل مفرط.

إذا كان لدى أحد شك بما يعنيه التساهل المفرط، فليس على المرء إلا أن يراقب كيف يتعامل هؤلاء مع أبنائهم

كان جين وآل في المطعم مع ابنهما ريتشي البالغ من العمر أربع سنوات. كان آل ينظر إلى مفكرته بحثاً عن شيء كان قد دوّنه، أما جين فكانت تجيب عن اتصال تلقته على هاتفها الخليوي. بدأ ريتشي يلعب بمنفضة السجائر الزجاجية. فقال له والده وهو يخرج حافظة نقوده من جيبه: «اهدأ يا ريتشي ستكسر المنفضة»،

«قلت لك توقف ستكسرها». وظل التحدي يتكرر حتى وقعت المنفضة على الأرض وتكسرت مليون قطعة. «لقد قلت لك إنك ستكسرها. ما أعندك!»

تحوّلت جين عن هاتفها الخليوي وقالت لزوجها بهدوء: «قل للنادل إننا سندفع ثمنها». وبدأ ريتشي يلعب بالمملحة. ركع على ركبتيه وفتح غطاء المملحة ورمى محتوى المملحة على الأرض. أنذره والده: «توقف عن هذا». أنهت الأم اتصالها وواجهت زوجها قائلة: «أف، دعه وشأنه. إنه يلعب فقط. أين أصبح الغداء؟»

قد يبدو الأهل المتساهلون موجودين جسدياً ولكنهم غائبون عاطفياً، ينظرون بدون أن يروا، شبه منتبهين إلى الطفل الذي يعرف أنه حر كي يفعل ما يريده بدون أي قيد.

عالمان متداخلان: ولد يتصرف كالكبار وراشد يتصرف كالصغار

لقد أصبحنا نعيش في زمان «الاتحاد أو الاندماج» حيث نريد أن يتوحد كل شيء. فعلى الصعيد الاقتصادي نسمي ذلك «العولمة» وعلى صعيد الجنس نسمي ذلك «ملائم لكلا الجنسين (unisex)». تلك كلّها مظاهر الحاجة الإنسانية التي تجعلنا نسعى إلى الاتحاد ونحاول إلغاء كل الفروقات التي تباعد أو تفصل بيننا والواقع أن هذه الحاجة تنشأ من حاجتنا اللاواعية للعودة إلى الاتحاد والتآلف الذي خبرناه على المستوى الروحي يوماً.

أحد مظاهر هذا الميل هو الرغبة في اندماج الفئات العمرية وإلغاء الفروقات ما بين الأولاد والمراهقين والراشدين والكهول. يمكنك أن تراقب هذا من خلال طريقة الناس في اللباس. إذا راقبت ملابس الأولاد بدون الأخذ بعين الاعتبار حجمها تلاحظ أنها تبدو كملابس المراهقين. في هذه الأيام، يرتدي الأولاد ملابس تشبه ملابس المراهقين والراشدين وحتى الطاعنين بالسن. وتحاول وسائل الإعلام أن تقنعنا أن أفضل مرحلة من مراحل عمرنا هو الشباب وهكذا ينبغي علينا أن نلغي الطفولة والرشد والكهولة. قد لا يؤذي هذا الميل الكهل (إلا على صعيد رصيده المصرفي الذي سيتآكل بسبب الدفع على العمليات الجراحية والكريمات التي تجعل الشخص يعتقد أن الزمان يتوقف وتوهمه بأن الجسم لا يبلى وأن الكهولة هي انحلال الجسم وأن بالإمكان تجنب هذا الانحلال). ولكن لهذا تأثيرات خطرة على الطفل. فعندما نلبس الطفل كما يلبس الراشد، فإننا بذلك إنما نتجاهل عدم خبرته التي تتطلب نضجاً لم يحققه بعد.

وعلى المرء أن يأخذ بعين الاعتبار ألعاب الأولاد في رياض الأطفال التي تغيرت على صعيد الجنس. في الماضي كان الأولاد يلعبون لعبة «الطبيب» حيث يكون على الطفل أن ينزل بنطلونه ليفحصه الطفل الآخر ومن ثم يقلبون الأدوار. أما في الوقت الحالي فالصبي ينام، وهو يلعب، على الفتاة ويدعيان أنهما يمارسان الجنس. ستجد هناك دائماً أماً مصدومة تشكو إلى المدرسة ولكن لماذا قد يصاب أي كان

بالدهشة والأولاد يشاهدون برامج الراشدين التلفزيونية وأفلامهم ويجلسون أمام الكمبيوتر وينزلون الأشياء الخاصة بالراشدين من الانترنت.

التقت ليزا بستار وهي خارجة من السينما برفقة ابنتها البالغة من العمر ست سنوات. أخفضت صوتها وسألتها: «مرحباً، ستار! ألا تعتقدين أن ذلك الفيلم غير مناسب لبنت صغيرة؟». «نعم أنت على حق ولكنني لم أجد جليسة تبقى معها واليوم هو اليوم الأخير لعرض هذا الفيلم، فكان أن قررت جلبها معي ولكني كنت أغطي عينيها كلما كان هناك مشهد جنسي».

عندما نعامل الطفل كراشد، فنحن لا نلغي طفولته بل نشوّهها فقط ونقصر عمر الطفولة ونعبئها بالخوف والقلق. والذي يحدث أن الطفل يترجم، على طريقته، أي حالة لا يفهمها ويكبر متضرراً من قسوة الواقع.

من مظاهر هذه النزعة إلى الاندماج التي تضلل أيضاً، مسألة المساواة بين الجنسين. وهي تعني أن الرجال والنساء متساوون، فنمحو بذلك ما يميز بين الرجل والمرأة. الواقع أن هذه النظرية تضع الرجال والنساء في حالة من التنافس بدل أن توّحدهم فينتهي بنا الأمر بأن نصبح متباعدين أكثر من أي وقت مضى. الرجال والنساء متساوون بإنسانيتهم ومتساوون من حيث حقهم بالاحترام والوقار. هم متساوون في الحقوق فكلا الجنسين يستحقان الفرص ذاتها والتعامل معهما في العمل والبيت باحترام. ولكلاهما الحق في الترعرع وتحقيق

شخصيته كفرد. ولكن كما ذكرنا سابقاً ليس بمقدور أحد أن يلغي الفروقات التي تميزنا كرجال ونساء. عندما نعرف داخلياً المعنى الحقيقي للمساواة، تزول الحاجة إلى التنافس الذي نريد منه أن نبرهن قدراتنا وكفاءاتنا.

من التأويلات الخاطئة لحقوق الإنسان هو أن الطفل والراشد على ذات المستوى من النضج والمعايير. في أمريكا مثلاً يسمح القانون للطفل بمقاضاة أهله إذا أساؤوا معاملته، وهذا ما يضع مسؤولية الراشد في يد الطفل. هل تتصور مقدار الصراع الداخلي الذي يحدثه السماح للطفل بإمكانية التخلص من عون أهله ومقدار التلاعب الذي يسببه هذا الوضع؟ مع أن محاربة الإساءة إلى الطفل أمر جدير بالاهتمام إلا أن هذه الوسيلة خطرة. كم من الأولاد ممن يملكون هذه القوة بين يديهم قد يسيئون استخدامها عبر تهديد أهاليهم والتلاعب بهم عندما لا يسمح لهم أهلهم بالقيام بما يريدون. بحسب هذا القانون انقلبت الأدوار: الأولاد يسيطرون والأهل يذعنون.

هل الذكاء يدل ضمناً على النضج؟

لقد انمحى الفصل ما بين عالم الطفل وعالم الراشد. في التربية المتساهلة، يعتبر الطفل حكيماً ناضجاً وخارق الذكاء، قادراً على اتخاذ قراراته وتوجيه حياته. ولكن هل الطفل حكيم؟ نعم في بعض الأحيان ينبغي أن نوافق على أنه كذلك.

قالت مليسا التي لم تحتفل بعد بعيد ميلادها الرابع لأمها: «ماما أتعرفين أنك عندما تصرخين في وجهي،

يتأذى قلبي»، وقال سام ابن الثالثة عشرة لأمه التي تلح على التحكم بحياته: «اسمعي يا أمي. تصوري أنني بناية وأنك قد وضعت أساساتها والآن بات عليّ أن أبني ما تبقى من بناء حياتي»

هل الأولاد أذكياء؟ نعم، قد يكونون أذكياء جداً وعندما يكونون صغاراً غالباً ما تفاجئنا أجوبتهم الذكية.

حاول بول ابن السنتين والنصف أن ينتعل حذاءه ولكنه مني بالإحباط فطلب من أمه المساعدة. فقالت له أمه تشجعه على الاستقلالية: «حاول مرة أخرى. حاول مرة أخرى يا بول». في وقت لاحق تسلق الصبي السياج ولكن حافة السياج كانت بعيدة عن متناوله فطلب من أمه المساعدة. فقالت له: «حاول مرة أخرى يا بول. حاول مرة أخرى».

في ساعات الصباح الباكر نادى بول أمه طالباً منها أن تجلب قنينة الحليب فقالت له إنها لا تستطيع وإن عليه أن يعود إلى النوم. فصرخ بول فيها: «حاولي مرة أخرى يا أمي. حاولي مرة أخرى»

لقد فهم بول في هذا العمر كيف يحوِّل ما تعلّمه إياه أمه لصالحه.

من القصص الطريفة قصة فاني وابنها:

أرادت فاني من ابنها البالغ من العمر سنة أن يستحم. «هيا يا صغيري. توقف عن اللعب فقد حان وقت الحمام». بعدما طلبت منه ذلك عدة مرات ولم يستجب

انزعجت وصرخت: «توني قلت إلى الحمام. سأعد إلى ثلاثة: واحد.... اثنان...». أطاع الصبي.
بعد الحمام، كان يتناول عشاءه. «أريد الحليب بالشوكولا» تجاهلت أمه طلبه فأخذ الصبي يردد ما قالته أمه وبالنبرة ذاتها التي استخدمتها: «سأعد إلى ثلاثة: واحد... إثنان».

ذكي! نعم ذكي جداً ولكن هل الذكاء يعني النضوج؟ هنا بيت القصيد وسبب التشوش. قد يكون الأولاد أذكياء جداً بحيث يفاجئوننا أحياناً بملاحظاتهم الذكية ولكن ذلك لا يعني أنهم قادرون على إدارة حياتهم أو أنهم يملكون النضج المطلوب لاتخاذ القرارات. النضج هو نتاج الخبرة وبمعنى آخر: النضج هو نتيجة الربط ما بين السبب والنتيجة إضافة إلى القدرة على التذكر. والحقيقة أن الطفل لا يملك القدرة على ربط الأمور ببعضها بعضاً وعلاوة على ذلك، كيف له أن يتذكر أوضاعاً لم يعشها بعد؟

كان جورج البالغ من العمر تسعة أشهر جالساً على السجادة مع قريبته الصغيرة ألكس ابنة الستة أشهر. حبا جورج نحو ألكس وأمسك بذراعها الصغيرة ثم غرز أسنانه في لحمها الطري. فصرخت الكس متألمة ونظر جورج مرعوباً.

كان الطفل الصغير متفاجئاً لأنه مع الوقت ستتاح له الفرصة ليتعلم الربط ما بين العض وبكاء الطفل الآخر. سيحتاج الطفل إلى سنوات ليفهم العلاقة السببية ما بين السبب

والنتيجة وليكتشف كيف تؤثر الأفعال والأعمال في الآخرين. كم من المرات أسأنا الفهم لأننا بكل بساطة لم ننته من التعلم بعد؟

التقى أندي برفيقته ريتا: «مرحباً ريتا. أين صديقتك كاسي؟ في كل مرة ألتقي بها تختفي». في وقت لاحق عندما التقت ريتا بكاسي سألتها عن الموضوع فشرحت لها كاسي: «لا أتحمله، لقد قلت له مليون مرة إنه يضجرني بحديثه عن السيارات ولكنه لم يفهم»

يعني النضج ضمناً رؤية المستقبل وفهم أن ما أقوم به في الحاضر قد يؤثر في ما قد يحدث غداً. غالباً ما ننسى أن الطفل يعيش في الحاضر دون أن تكون عنده فكرة عن الغد. فعندما نأخذ اللعبة من رضيع في السنة الأولى من عمره تصبح اللعبة بالنسبة له غير موجودة. بعيد عن العين، بعيد عن الفكر. لهذا السبب علينا بدل أن نوبخ الطفل على شيء أخذه، أن نضع هذا الشيء بعيداً عن نظره. وعندما يصبح الطفل أكبر قليلاً أي في مرحلة رياض الأطفال قد نرى ما يلي:

ذهبت أم جيري لتأخذه من المدرسة. سألته بكل لهفة: «ماذا فعلت اليوم»؟ فأجابها: «لا شيء» وفتح صندوق الطعام وبدأ يأكل ما تبقى لديه من بسكويت. «ماذا تقصد بـ لا شيء. أنت هناك منذ فترة طويلة. لا بد أنك قمت بشيء»، وفيما كان يمضغ البسكويت أجابها بلا مبالاة: «لا، لم أفعل شيئاً». كانت الأم وهي في

الطريق إلى البيت قلقة حائرة وعندما وصلت إلى البيت قالت لزوجها: «أعتقد أن علينا أن نخرج جيري من المدرسة. لماذا ننفق المال على تلك المدرسة الغالية وهو لا يفعل شيئاً فيها؟»

عندما كنت أعلّم الأطفال في مرحلة رياض الأطفال كان عليّ غالباً أن أتعامل مع الأمهات القلقات اللاتي كن يعتقدن أن أطفالهن يقضون الوقت في المدرسة بدون أن يفعلوا شيئاً، وعندما كنت أشرح لهم جميع الأنشطة التي يشاركون بها كن ينظرن إليّ بعدم تصديق وعندها كنت أدرك أنهن يصدقن ما قاله أبناءهن أكثر مما يصدقنني أنا. علينا أن نفهم أن الطفل لا يتذكر ما نسأله عنه، وأن الربط الذهني فقط هو الذي ينشط ذاكرته. وهذا يعني أنه يتذكر عندما تحرك بعض الروائح أو الصور أو التعليقات ذاكرته. في ظهيرة أحد الأيام وفيما كان جيري في غرفة الجلوس سمع أغنية ذكّرته بلعبة كان يلعبها مع رفاقه في المدرسة وبدأ بالتحدث عن هذا بحيوية. قد تذكر رائحة ما الطفل بجدته وقد يذكره وجه عابس بحادثة وقعت مع حارس الموقف مثلاً. بما أن الطفل لا يتذكر إلا من خلال الربط الذهني، فمن غير المجدي أن تطلب منه إخبارك عما فعله في الصباح. فما حدث في الصباح، بالنسبة له، هو ماض بعيد وهو أمر لا يهمه في الحاضر. فانتباه الطفل منصب بشكل حصري على الآن.

القصة التالية تساعد في توضيح طريقة الأولاد في إدراك الوقت.

«مامي، متى سنذهب لشراء الحذاء»؟ هذا ما سألته روزماري ابنة الثلاث سنوات لأمها. «غداً يا حبيبتي». ولاحقاً بعد الفطور سألت روزماري أمها: «متى سنذهب لزيارة جدتي؟» «غداً يا روحي» «متى سيعود أبي من رحلته؟» «غداً». فكرت الطفلة قليلاً وقالت لأمها: «ولكن الوقت دائماً «اليوم»».

لا يعني المستقبل شيئاً للطفل الصغير الذي يعيش في الحاضر الأبدي ولكن عندما يكبر سيتسع حقل رؤيته ليشمل الماضي والمستقبل. الشيء ذاته يحدث على صعيد مفهوم المساحة. لهذا السبب ليس منطقياً أن نعلم الطفل التاريخ أو الجغرافيا قبل سن الثامنة أو التاسعة لأنه سيردد كالببغاء مفاهيم لا يستوعبها.

عندما نحاول تعجيل النضج عند الطفل فسنشعر بالإحباط فنحن نعتقد أننا إذا شرحنا له الأمور بإسهاب كونه ذكياً جداً فسيفهم عواقب أفعاله. ولكن بعدما نشرح ونشرح، سنشعر بخيبة الأمل لأنه ما يزال يتخذ الخيارات الخاطئة. الواقع أن شرحنا شيئاً للطفل، مهما كان ذكاؤه، لايعني بالضرورة أنه سيفهم ما يقال. قد يتبع المنطق إنما بدون فهم فعلي للحقيقة فالفهم إنما يأتي مع النضج. أما قراراته فقائمة على رغبات آنية لا على حكم عقلي.

أراد جوليان تناول علبة آيس كريم أخرى فشرحت له أمه بصبر: «ستؤلمك بطنك» فصرخ جوليان: «أريد واحداً آخر»، فقامت الأم بشراء ما طلبه خشية من

نوبة غضبه ومن نظرات الناس المستنكرة.

أثناء العودة إلى البيت أخذ جوليان يشتكي من وجع بطنه. فردت أمه: «لقد قلت لك. كم مرة حذرتك ولكنك عنيد».

حينما نسمح للشخص باتباع هواه ثم نقول له عندما نرى عاقبة عمله: «ألم أقل لك» فإننا بذلك نذر الملح على الجرح. الظلم الكبير وقع عندما تركنا القرار له وبعد ذلك رحنا نوبخه ونعاقبه. الواقع أن مسؤولية الخطأ أو قلة القدرة على الحكم لا تقع على الطفل بل علينا نحن لأننا تصوّرنا أنه سيتصرف بنضج شخص راشد فيما هو في الواقع غير جاهز للقيام بذلك.

قام اصدقاء فرانك ابن الخامسة عشرة بدعوته لقضاء عطلة الأسبوع في منتجع قائم على بحيرة. وعندما سأل أمه قالت له: «آسفة يا فرانك. لن أسمح بذلك إلا إذا كان معكم شخص راشد». فصرخ فرانك في وجهها قائلاً لها: «عقليتك رجعية» واندفع نحو الباب بغضب ولكن أمه وقفت بحزم ولم تسمح له بالذهاب. نهار الاثنين راح أصدقاء فرانك المرعوبين يخبرونه أن جو أُخذ إلى المستشفى لأنه كاد يغرق. فبعدما شرب الكحول ركب الزورق ولكنه وقع في البحيرة.

يُكتسب النضج مع الوقت. والراشد وحده قادر على التنبؤ بالمخاطر التي قد يتعرض لها المراهق في وضع كذاك الذي تحدثنا عنه. إذن لماذا نصر على معاملة الطفل والمراهق وكأنه

شخص بالغ؟ ولماذا نحاول محو هذه المرحلة من عمره ونثقله بمسؤوليات لا يقدر عليها؟ لو كانوا قادرين على التصرف كالراشدين لعاشوا وحدهم ولما احتاجوا لمساعدتنا. ولكن أهذا ممكن؟ إن وجودهم معنا عائد إلى حاجتهم إلى الإرشاد الذي نقدمه لهم و إلى حكمنا الذي يساعدهم على التعلم. لو أخذنا بعين الاعتبارطفولة الدلاي لاما لوجدنا أن أمه رغم معرفتها بأن ابنها البالغ من العمر اربع سنوات قد اختير ليكون الدلاي لاما، ظلت تعامله وتربيه وفقاً لما تقتضيه كل مرحلة من مراحل نموه ولم تكن تتوقع منه أكثر مما هو متوقع من أي طفل، كما أنها لم تتجنب وضع الحدود عندما كانت تجد هناك ضرورة. كانت هي الأم وكان هو الطفل فقط. وكان كل واحد منهما يؤدي الدور الذي يلائمه.

في عصرنا اليوم الذي ندمج فيه عالم الطفل بعالم الراشد، نُبقي الأبواب مشرعة ليسمع ويرى. ففي السيارة مثلاً نثرثر متحدثين عن صديقة تطلقت من زوجها لأنها وجدته في السرير مع امرأة أخرى وعندما يسألنا الولد المدهوش عمن نتكلم نقول له إنه لا يعرفها. ثم ترانا نشاهد أخبار الاغتصاب والاعتقالات والحروب وهو يلعب على مقربة منا. أو نقوم ونحن نقلّ ابننا إلى المدرسة بالاستماع إلى الراديو مصغين إلى آخر أخبار عمليات الخطف. يتظاهر الراشد وكأن الطفل غائب أو أصم أو أعمى.

إن نتيجة السماح للطفل بأن يكون شاهداً على عالم الراشدين هو أن قلبه سيمتلئ بالخوف. الحقيقة أن السماح له

بسماع ورؤية الأوضاع التي لا يمكنه هضمها عاطفياً سيسبب له قلقاً كبيراً. وعندما يسمع على التلفزيون أن أباً ترك الأم ستنتقل هذه القصة إلى حياته وسيساوره الشعور بالقلق وسيتخيل أن النكبة ذاتها قد تفرق عائلته. وعندما سيرى العذابات والقتل تحدث عبر البحار سيصدق أن حدوث ذلك له وشيك إذ ليس لديه فكرة عن المساحة والمدة الزمنية ولا شيء سيعزيه أو يخفف قلقه الناتج عن ذلك.

> في أحد الأيام قام الأستاذ في مدرسة بإخبار تلاميذه بأنهم لن يستطيعوا الخروج أثناء الفرصة فنهضت طفلة صغيرة وهمست في أذن الأستاذ: «أنا أعرف يا أستاذ لماذا لا يمكننا الخروج. لقد حرقت الحمم البركانية المتساقطة من جبل السانت هيلين كل العشب».

يحتمل أن الطفلة رأت الأخبار المتعلقة بثوران البركان. وبالنسبة لها من الطبيعي أن تفكر أن الحمم البركانية قد غطت أرض ملعب المدرسة وأنها توشك على الوصول إلى الصف.

الطفل البريء: جنس منقرض

السعر الذي يدفعه الطفل في هذه الأيام بسبب إدخاله في عالم الراشد هو سعر باهظ جداً وهذا السعر هو فقدانه للبراءة. قديماً كانت الطفولة مرادفة للبراءة ولكننا في هذا العصر لا نكاد نتصور كيف كان ذلك.

إن إخراج الطفل من عالمه، من تلك المملكة السحرية

التي يحبها ويشعر فيها بالأمان، وإدخاله إلى عالم الراشدين يجعله عاجزاً ومعاقاً ويرسله إلى المعركة بدون أسلحة. عندما تنضج الفاكهة اصطناعياً تجد هذه الفاكهة تحتفظ بجمال منظرها ولكنها تفقد نكهتها.. وحينما يفقد الطفل براءته تضمحل روحه ويصبح قاسي الفؤاد.

مرة بعدما أنهيت محاضرتي اقترب مني أب والقلق باد على وجهه:

«استمعت إلى تقرير يتحدث عن الإساءة إلى الطفل جنسياً. حاولت أن أحمي ابني البالغ من العمر خمس سنوات من اية إساءة كهذه فجلست معه ورحت أشرح له كل ما يمكن أن يتعرض له إن لم يكن حذراً. ومنذ تلك اللحظة لم يعد ينام جيداً ولم يعد يرغب في الابتعاد عني. لقد كان خائفاً بشكل رهيب. ماذا أفعل؟».

كيف يمكنني أن أُرجع الحليب الذي أريق على الأرض؟ كيف يمكنني أن أعيد للطفل براءته؟ عذراً، لقد ارتكبت غلطة. انس ما قلته، أرجع الفيلم وامح الخوف. إذا كان من الممكن، سأكون أول من يبدأ حملة لإعادة البراءة إلى الأولاد، وهي هدية لكل البشرية.

عندما يفقد الطفل براءته يفقد كنزاً. أما روحه فتتمزق لأننا نجعله يواجه عالماً قاسياً، يتعذر فهمه، عالماً مليئاً بالألم.

فيلم Life in beautiful يتحدث عن قصة أب يحاول إنقاذ

براءة ابنه في أسوا الظروف. لماذا كان هذا الفيلم على هذه الدرجة من الشعبية؟ لانه استمال لدينا رغبة لا واعية في التواصل مع جمال الحياة وفي نبذ ما هو مؤلم وظالم ومخز.

ماذا يشبه الطفل البريء؟

الطفل البريء هو طفل عفوي، ذكي، هادئ، وسعيد. في عناقه الدافئ سذاجة وعدم تحفظ وفي حركاته رشاقة وفطنة. يحيا حياة مليئة بما يثير الدهشة والرهبة من العالم المحيط به. نحن ما نحن عليه وهو راض بذلك، لا يتوقع منا شيئاًعلماً أنه يترقب كل شيء. إذا نظرنا عن كثب، يمكننا أن نرى النجوم في عينيه.

الطفل البريء هو من السذاجة بحيث أسأل نفسي: «لماذا نغيِّره؟». لماذا نفضل الأولاد القلقين المرتابين الذين يتحركون شاردين، مدّعين أن لا شيء يزعجهم علماً أنهم يعانون من اضطراب في النوم ليلاً؟ إنهم يذكرونني بأشجار مزروعة في الخارج وهي تتلوى من الرياح التي تعصف بها. أما تلك الأشجار التي تنمو في البيت الزجاجي فتتجذر جذورها في الأرض وتكون من القوة بحيث تصمد أمام الطقس العاصف عندما ننقلها إلى تربة أخرى. الطفل المحمي ببراءته، الذي نتيح له النضج ببطء، سيمتلك القوة المطلوبة لمواجهة الحياة عندما تثيره وتوقظه.

هيا، أسرع

إن التغير في أسلوب الحياة العصرية هو السبب الأساسي للتحولات في بنية العائلات. لو سألنا ابن السنتين عن اسمه لقال لك اسمي: «أسرع». لماذا؟ لكثرة ما يسمع هذه الكلمة طوال النهار.

كانت لويز ابنة الثلاث سنوات نائمة نوماً عميقاً عندما سمعت صوت أمها: «أسرعي يا لويز! انهضي سنتأخر». تنهض لويز ببطء وعندما تسمع الكلب ينبح، تتوجه إلى النافذة. «ماذا تفعلين؟ لا وقت لدينا. هيا لألبسك ثيابك»، وتبدأ أمها بنزع بيجامتها. تلتقط لويز حذاءها وتحاول انتعاله. «لا، ليس بهذا الشكل. دعيني ألبسك إياه لئلا نضيع الوقت». وتلبسها إياه أمها بسرعة وتحملها إلى الحمام ثم تجلسها على المرحاض وتبدأ بتمشيط شعرها. تأخذ لويز مناديل التواليت وتلعب بها. «اجلسي بهدوء ولا تعبثي بشيء». وبعدئذ تقودها من يدها وتأخذها إلى المطبخ حيث تقدِّم لها صحناً من الكورن فليكس والحليب. «لكني أريد بيضة مقلية مخفوقة». «ليس لدينا وقت للبيض المقلي. سنتأخر على المدرسة». أخذت الطفلة الملعقة وبدأت تسحق الكورن فليكيس على حافة الصحن مراقبة إياه يطفو على وجه الحليب. «ماذا تفعلين؟ يا إلهي! كفاك لعباً. أسرعي، كلي». وعندئذ أجلستها أمها بجانبها

وبدأت تلقمها الطعام بالملعقة فحاولت الطفلة الاعتراض شاعرة بأنها تختنق. «نظفي فمك بالمنديل واصعدي إلى السيارة. هيا تحركي. سنتأخر»، وحملت الأم صندوق الطعام والكنزة بيد واحدة وجرّت لويز باليد الأخرى.. «إذا كان هناك زحمة فلن نصل على الوقت.. آه! لا! علينا شراء البنزين».

عندما أفكر في هذه المعضلة، لا اعرف على من أشفق أكثر على الأم أم على البنت. بسبب متطلبات هذه الدوامة التي نعيشها، لا يكون لدى الطفل أي بديل عدا مجاراتنا.

«أسرع يا ادي». «إلى أين نحن ذاهبون؟» « لا أدري ولكن أسرع بكل حال».

هذه الأم لا تكذب ولا تخفي سبباً وراء استعجالها ولا تعرف حتى لماذا هي على عجلة. العجلة تجتاح حياتنا وقد غيرت أسلوب عيشنا. يتعلم الطفل منذ نعومة أظفاره أنه ليس هناك ما هو أسوأ من تضييع الوقت الذي يجب أن نستفيد بالكامل منه. بسبب هذه الحجة ترانا ألغينا اللعب من حياة أطفالنا متأكدين من أن وقت فراغهم موظف بشكل بناء وهادف.

ذهبت ماري إلى النادي الرياضي وشاهدت صديقتها لورييه وقد ألبست ابنتها البالغة من العمر ثلاث سنوات ثوب سباحة.

«ماذا؟ ألم ترسليها بعد إلى المدرسة؟ أعرف أنها طفلتك الأولى ولكن ألا تعتقدين أنها كبيرة على البقاء في البيت؟ منذ سنتين وابنتي كايثي تذهب إلى

المدرسة والأسبوع الماضي بدأت تقرأ وهي تعرف كيف تستعمل الكمبيوتر. إنها في الرابعة من العمر فقط، ولكنها ذكية جداً كما تعرفين. حسناً وهذا ما ساعدني على وضعها في مدرسة تعلِّم لغتين. إنها غالية حقاً هذه المدرسة، فهي تكلف ثروة. أتعرفين كم أدفع على الكتب؟ من الأفضل ألا أقول. ولكن كما يقول المدير: «هذا العمر هو العمر الذي نحفزهم فيه بحيث يقدرون على تعلم كل شيء». أنا لا أتكلم الفرنسية جيداً ولكن ما أعرفه منها أكرره طوال اليوم، كما أنني سجلتها بعد الظهر في أنشطة أخرى لأُشغل وقتها كله. وعندما تعود إلى المنزل لايكون لديها من الوقت إلا ما يكفيها لتقوم بفروضها قبل النوم.آه! لقد نسيت أن أخبرك عن محل الألعاب الذي يستطيع فيه الأولاد اللعب والتعلم في ذات الوقت. أنت لا تريدين أن تؤخري ابنتك تعليمياً، أليس كذلك؟».

وعندما سارت ماري مبتعدة شعرت لوري بأنها مثبطة العزيمة، تراقب كيف «يذهب وقت ابنتها هباء» في المسبح.

يمكننا أن نشبه الأمر وكأن لدينا وقتاً محدداً ينقضي بسرعة بحيث يكون علينا أن نستنفده كله. الواقع أن رعبنا من تضييع الوقت ناشئ من هذا الشعور. . ولكن إذا امتثلنا لقانون الكفاءة وقمنا بأقصى حد من الأنشطة في أقل وقت ممكن فسنصل إلى النتيجة التالية: ادخار أو توفير الوقت.

هذا يعني أننا إذا ذهبنا إلى السوبرماركت، من الأفضل أن نركن سيارتنا في أقرب مكان لنوفر الوقت وأن نختار صندوق الدفع الذي لا يكون أمامه عدد كبير من الناس المنتظرين بالدور وأن نمتلك هاتفاً خليوياً بحيث لا نحتاج إلى استعمال الهاتف العمومي وبذلك نوفر الوقت. وحتى نوفر الوقت أيضاً سيكون علينا أن نستخدم المايكرويف ونشتري الأطعمة المجلدة أو الجاهزة للطهو وأن نشتري عبر الانترنت. وعلى فكرة، ينبغي أن يكون هناك قانون يحدّ من طول الرسائل الصوتية لأنها تستغرق وقتاً طويلاً. قامت ابنة صديقتي المراهقة بتسجيل هذه الرسالة الصوتية لتوفير الوقت: «أنت تعرفين ما عليك فعله. بييب». يا للكفاءة! ثلاث ثوان فقط.

ما لا أفهمه بعد: لماذا نبقى على عجلة من أمرنا ونحن نوفر هذا القدر من الوقت؟ ما الذي يحدث لكل الوقت الذي نوفره؟ من الذي يحتفظ به؟ أو هل نحن نخدع أنفسنا؟

حصّالة الوقت

فيما كنت مارة بقرية صغيرة وجدت صدفة حصالة نقود كتلك التي كنا نستعملها عندما كنت صغيرة. ولكني لم أعد أرى حصالات كهذه منذ زمن بعيد وكأنهم لم يعودوا يصنعونها. أتعرف؟ من الممتع امتلاك شيء كهذا.

ها أنا مع حصالة نقودي. كلما تذكرت أضع بعض النقود المعدنية فيها، والأسئلة الثلاثة ترد في عقلي: متى ستمتلئ؟ كم ستتسع من مال؟ علام أنوي أن انفقها؟

علينا أن نسأل هذه الأسئلة الثلاث عن حصّالة الوقت التي نكدّ في ملئها. بعض الأهل يدخرون الوقت إلى ما بعد اليوم الذي يشترون فيه كل ما يرغبون فيه: بيتاً، أثاثاً، منزلاً على شاطئ البحر، سيارة. المشكلة أنه حتى يأتي الوقت الذي يكسرون فيه حصالة النقود يكون أولادهم قد تركوهم. وإذا كان الأولاد في عمر المراهقة سيفضلون التواجد مع رفاقهم قائلين لهم: «اذهبوا أنتم إلى الشاطئ أما أنا فسأخرج مع رفاقي». الحقيقة أن الأهل يدخرون الوقت ليستمتعوا به وحدهم.

وبعض الناس يدخرون الوقت إلى سن التقاعد أو إلى شيخوختهم. ولكن من يعرف؟ قد ينتهي الأمر بجسمك المتعب بالإصابة بنوبة قلبية قبل أن تستمتع بالوقت الذي ادخرته.

من مفارقات الحياة أن الطفل عندما يكون صغيراً ويحب أن يكون مع أهله، يكون هؤلاء الأهل مشغولين جداً. وعندما يجدون أخيراً الوقت ليكونوا مع ابنهم، يكون هذا الابن قد كبر ولم يعد راغباً في قضاء الوقت معهم، مفضلاً التواجد مع رفاقه.

عندما ننسى أولوياتنا، نتجاهل المكانة التي يشغلها أولادنا في حياتنا وننسى أيضاً أنهم لن يبقوا أولاداً إلا لعدة سنوات فقط وأنهم لن ينتظرونا على العتبة وأننا لن نكون دائماً الأوائل في قلوبهم ولن نكون من يلجؤون إليهم في الشدائد والصعاب. ننسى أن الوقت يمضي بالنسبة لهم وبالنسبة لنا

وأنهم حالما يقولون وداعاً لطفولتهم فالطفولة لن تعود أبداً. ونفشل في أن ندرك أن صحبتهم هي هبة نستمتع بها في الحاضر.

يمكننا القول باختصار إن الثمن الذي ندفعه للاستعجال:

- الحياة ترتبك وتضطرب عندما نعجز عن تحديد الأولويات
- الأهل يصبحون متعبين وسريعي الغضب
- لا يعود هناك وقت لهضم التجارب
- تفوتنا التسلية والاستمتاع بالحياة
- نخسر التواصل مع من نحبه
- تصبح الحياة بلا جدوى

أسئلة علينا طرحها على أنفسنا

- هل أنا على عجلة من أمري دائماً؟ هل أشعر أنه ليس هناك دائماً وقت كاف؟ هل أنا متعب وسريع الغضب ونافد الصبر؟
- هل أشكو وأتذمر دائماً من أولادي وأوبخهم باستمرار؟ هل يفقدونني صوابي؟
- ماذا يمكنني أن أفعل لأشعر بأنني أكثر استرخاء؟ ما هي الأنشطة التي عليّ الإقلاع عنها لأخفف عني الضغط النفسي؟
- ما هي أولوياتي؟ هل أحترمها؟ هل أولادي على رأس لائحة أولوياتي؟

- هل أرغب في قضاء المزيد من الوقت مع طفلي؟ ما الذي يجب أن يحدث حتى أجعل هذا ممكناً؟

قد يساعدنا تكرار هذا العبارات على تحريرنا من الاستعجال كما قد تساعدنا هذه العبارات إذا ما كررناها على إعطاء أولادنا المزيد من الوقت والانتباه.

العبارات التي يجب على الأهل المستعجلين أن يكرروها

- أنا أجلّ وأحترم وقت أولادي
- عندما أنتبه لأولادي، أغذي روحهم
- مسرور أنا لأنني آخذ وقتي لإمتاع طفلي
- أرغب في التخلص من الاستعجال رغبة مني في تقدير ولدي حق قدره

كلفة الاستعجال على ولدنا

يحاول الولد منذ ولادته أن يخلق صلتين أساسيتين: الصلة الأولى مع جسمه وتتم من خلال الحركة. والصلة الثانية مع العالم الخارجي وتتم من خلال حواسه. و حتى يصبح ماهراً في التحكم بجسمه، يحتاج الطفل إلى الحركة. ولكن عليه أن يكتشف ويختبر العالم من خلال سمع ورؤية وشم ولمس وتذوق كل ما يحيط به. الواقع أن هاتين الصلتين تسمحان للطفل بأن يعي هويته الشخصية وأن يشعر بذاته

منفصلاً ومستقلاً عن بيئته وبالتالي ينمي حس فرادته كإنسان. كما أن هاتين الصلتين تسمحان له بأن يشعر بأنه جزء من الطبيعة ومن بيئته الاجتماعية.

منفصل ولكنه متحد في الوقت ذاته، منفصل من خلال فرادته كإنسان ولكنه جزء من الكون كونه كائناً روحياً، عاطفياً، ومادياً. وهنا نجد تبايناً آخر. كيف نحتفظ بفرادتنا وفي الوقت ذاته نبقى على تواصل مع كل شيء وكل شخص؟

مع أن بإمكاننا أن نختصر هذه العملية بطريقة مبسطة إلا أننا نتعامل مع شيء معقد جداً. فعندما لا تجري هذه العملية على نحو كاف سيعاني الطفل من مشاكل عدة: اضطراب نقص القدرة على الانتباه والتركيز، النشاط الزائد المرضي، اكتئاب الطفولة، التوحد وغير ذلك.. ومع أننا نعرف أن الأمر في بعض الحالات عائد إلى أسباب جينية وراثية إلا أن أسلوب العيش غير الصحي الذي يعيشه أولاد هذا العصر تساهم في زيادة هذه المشاكل في الطفولة. منذ سنوات عندما زرت إحدى المدارس الخاصة في نيوإنجلند، أخبرتني مديرة هذه المدرسة أن 30 بالمئة من تلاميذ المدرسة بحاجة إلى علاج: جسدي أو نفسي.

علينا أن نسأل أنفسنا: ما الذي يصيب الطفل عندما نستعجله على القيام بالأمور في الوقت الذي يحاول فيه الاكتشاف والاندماج مع نفسه؟. وما الذي يصيبه عندما يقطع توترنا واستعجالنا عليه محاولاته لبناء علاقة مع بيئته؟

> كان بيلي ابن العامين غارقاً في مراقبة المطر. كان يسمع قطراته تضرب السقف ويرى كيف تتساقط على زجاج النافذة. كان مسحوراً بروعة القطرات المتساقطة فحاول بأصابعه أن يلمسها، ولكن فجأة سمع صوت أمه منذراً: «بيلي! ما الذي تفعله؟ لقد بحثت عنك في كل مكان لأغير ملابسك؟ ستكون عمتك هنا في غضون دقائق وسنذهب للتسوق! هيا، عجّل». قاوم بيلي المرتبك أمه التي سارعت تسحبه من ذراعه: «ليس لدي وقت لسخافاتك. عليك أن ترتدي ملابسك حالاً»

يحاول الطفل التواصل مع بيئته ولكن أهله يحبطون محاولاته معتقدين أن أعمال الراشدين أهم مما يحاول الطفل تحقيقه.

> عندما كانت أم بيلي تضع البقالة في صندوق السيارة الخلفي، كان بيلي مسحوراً بحافة الرصيف الناتئة البارزة فعربش إلى الرصيف وأخذ يمشي بحذر على حافة الرصيف محاولاً ألا يفقد توازنه، مقدماً رجلاً على اخرى. أغلقت الأم بسرعة غطاء صندوق السيارة ووضعته في السيارة. فاعترض الطفل قائلاً: «أنزليني». «لقد تأخرنا يا بيلي، أمامنا أشياء كثيرة نقوم بها»

المشي على حافة الرصيف الناتئة بدون أن يفقد توازنه مهمة هامة جداً بالنسبة لابن السنتين إذ تتطلب منه كل تركيزه. يكون الطفل في حركة دائمة سعياً منه إلى التحكم بكل قدرة

ممكنة لجعل جسمه أداة يمكنه السيطرة عليها. في السنوات الأولى من عمره تشغل هذه الأنشطة وقت الطفل كله ويستغل كل فرصة للتغلب على التحديات التي تعترض طريقه. ولكن بدل أن نساعد الطفل على إتمام هذه العملية، عبر إتاحة الوقت والمساحة له، ترأنا نستعجله.

بسبب دأبنا على إحباط محاولته في التواصل مع بيئته وذاته الباطنية يصبح الطفل عصبياً سريع الانفعال فتقل مدة تركيزه ويصبح مشتتاً، مكتئباً، منطوياً على ذاته. الواقع أن عدداً كبيراً من الأولاد يعانون من مشاكل كهذه نتيجة الحياة الضاغطة التي تؤدي إلى الشعور بالضياع في عالم مجهول، متطلب، تحت رحمة الراشدين الذين يدفعونهم دفعاً إلى هذا وذاك.

إن ثمن العجلة باهظ جداً. لماذا ندفع على علاجات وأدوية من أجل حالة يمكننا تجنبها عبر توفير الوقت والمساحة اللتين يحتاجهما الطفل حتى يكبر؟ وقت ومساحة تسمحان للطفل بأن يكون طفلاً فقط، بدون أن يكون هناك قيود منافية للعقل أو منافسات عليه أن يربحها. وقت ومساحة ليلعب ويكتشف ويستمتع.

عندما نعطي كأهل أولادنا العناية والوقت الضروريين لينموا نفسياً وجسدياً، يتمكّن هؤلاء الأولاد من تنمية قدراتهم إلى أقصى حد. وعندما يقدر الأولاد في سنوات عمرهم الأولى على التواصل أو إقامة صلات حيوية مع جوهرهم وبيئتهم، يتمكنون عندئذ من أن يصبحوا مسيطرين على

أقدارهم. ويمكنهم أن يفرضوا أنفسهم ويبنوا الحياة التي يتخيلونها ويتصورونها ويستحقونها وذلك من خلال خياراتهم وقراراتهم. هل هناك هدية أفضل من هذه لتقدموها لهم؟

وداعاً أيها الروتين وأهلاً أيها الضغط النفسي

إذا نظرنا إلى ما يحدث مع الإنسانية فيما يتعلق بعاداتها الغذائية، يمكننا أن نرى أن الدائرة مكتملة. بدأ الإنسان البدائي الذي عاش كالوحش يصطاد من أجل أن يشوي ويأكل غنيمته وشيئاً فشيئاً أصبحت الإنسانية أكثر تهذيباً وصقلاً. وبدأ الإنسان يأكل خارجاً بأصابعه ثم تطورنا بحيث بتنا نأكل جالسين مستعملين الأوعية، وأصبح اجتماع العائلة على وجبات الطعام عادة وآداباً جيدة ومودة. هذا الاجتماع حول المائدة اعتبر واجهة هامة لنسلنا، واعتبرت الدعوة إلى مشاركة العائلة وجبة الطعام فرصة مميزة ومقدسة. أما الاحتفال أثناء وجبات الطعام فكان يعني تقاسم الأحبة الفرصة من أجل المتعة المتبادلة، فالطعام لا يغذي الجسد فقط بل الروح أيضاً.

الآن وبسبب تغير إيقاع حياتنا، يبدو أن الدائرة قد أصبحت متخمة وأننا عدنا إلى عاداتنا البهيمية. فبفضل الأطعمة السريعة، عدنا نأكل أي شيء، في أي وقت، وفي كل مكان. ما بات هاماً هو أن نشبع جوعنا بأسرع ما يمكن كرجل الكهف الذي كان يأكل فقط من أجل إشباع حاجاته. وبدل أن نأكل بالشوكة والسكينة، عدنا نأكل بأيدينا: الهمبرغر

والتاكو والمأكولات الجاهزة. وبدل أن نتناول الطعام بالصحن رحنا نتناوله على المناديل الورقية أو الصحون القابلة للرمي. وبدل أن نجلس أخذنا نأكل واقفين في الشارع أو في السيارة أو في أي مكان احتجنا إلى ذلك. وبدل أن نأكل جماعة رحنا نأكل فرادى.

ليس على المرء إلا أن يراقب الناس في المطار وهم يأكلون. تجدهم صامتين، عيونهم تائهة، يقفون أمام المقصف أو الطاولات العالية المصممة لعدم جلوس الزبائن. عندما تراقب هؤلاء تتذكر الطيور وهي تنقر طعامها نقراً، تجد هؤلاء يلغون المسافة ما بين الطعام والفم. راقب الطفل وهو يتناول طعامه وحيداً امام التلفزيون أو تأمل الرجل ووهو واقف في الشارع يتناول الهوت دوغ ويشرب المشروبات الغازية أو راقب الأم تطعم ابنها الحليب والبسكويت وهي تقود السيارة إلى البيت بأقصى سرعتها.

رحنا برجعتنا إلى جذورنا، نلتهم الطعام بدل أن نأكله. ولكن ماذا يحدث للطفل في هذا السيناريو الجديد؟ لقد أصبحت العادات الغذائية ملحقاً لحلقة حياتنا الراكضة: دعوه يأكل أينما كان وكيفما كان وعندما يكون ذلك ممكناً. دعوه ينام أينما كان، كيفما كان، وفي أي وقت كان، إنه قانون «تكيَّف أو متّ».

الطفل يتأقلم إنما بأي ثمن؟ الثمن الذي يدفعه يدفعه من راحته وسعادته. الواقع أن هذه الكلمة نادراً ما تستعمل في هذه الأيام فمن يهتم بسعادة الطفل؟ إنها في أسفل لائحة

الأولويات وقد نسيناها صدقاً، فالعادات الروتينية باتت خارجة عن الموضة. أمام أهل هذا الزمان الكثير ليقوموا به وعلى الطفل أن يتحمل.

> إنه الصيف والطقس حار جداً. في هذا اليوم الشديد الحرارة ذهبت كاري مع ابنتها الرضيعة التي تبلغ من العمر أربعة اسابيع فقط إلى السوبرماركت للتسوق ولم تكن الأم قد ألبست الرضيعة إلا الحفاظ. دخلت الأم إلى المحل المُكيّف فوضعت ابنتها في عربة المشتريات. ثم قصدت قسم الأطعمة المجلدة فاختارت عدة منتوجات ووضعتها في العربة قرب الطفلة. وعندما انتهت من التسوق خرجت من المحل باتجاه موقف السيارة الذي كان الجو فيه حاراً جداً. تلك الليلة لم تستطع الطفلة النوم لأن أنفها كان محتقناً وكانت محرورة.

لماذا نجد عدداً كبيراً من الأطفال مرضى؟ المعروف أن عدداً كبيراً من الرضع والأطفال اليوم يعانون من الحساسيات والتهابات الأذن كما لم يحدث من قبل. فعلى أجسامهم التكيف مع التغيرات الحرارية علماً أنها ليست ناضجة بالشكل الذي يجعلها تتكيف.

الواقع أن الطفل ليس راشداً صغيراً في السن. في الأزمنة القديمة كانت الجدات تصر على تغطية المواليد الجدد وحمايتهم داخل البيت. لقد جعلتهن غريزة الأمومة يعرفن حاجات الطفل التي تختلف عن حاجات الراشدين. الحقيقة

أن الأمهات في هذا العصر لايقدرن غالباً على إبقاء اولادهم داخل المنازل فهن لا يحظين بمساعدة أو دعم أفراد العائلة. إذا أخذنا أطفالنا بعين الاعتبار وحميناهم، جنبناهم الإصابة بالأمراض.

بسبب الجهد الذي نبذله لنكون عصريين، ترانا نتخلى عن عادات الأكل والنوم الروتينية فينتهي بنا الأمر بأن نضعف صحة الطفل الجسدية لأنه بكل بساطة لا يحظى بالقدر الكافي من الطعام والنوم. والطفل الذي لا يأكل ولا ينام جيداًيصبح طفلاً غير سعيد وطفلاً عصبياً، سقيم المزاج، محبطاً.

إنها التاسعة ليلاً. أليس واقفة في صف طويل أمام صندوق الدفع في المحل. وابنها داني البالغ من العمر سنة واحدة يبكي بأعلى صوته، أخذت الأم قطعة دونتس وأعطتها لابنها فرمى القطعة على الأرض. فحاولت السيدة الواقفة إلى جوار الأم أن تكون لطيفة قائلة: «يا للطفل المسكين! الوقت متأخر جداً. والدفع يستغرق وقتاً طويلاً في هذه الصفوف. ينبغي أن يزيدوا عدد صناديق الدفع». ردت أليس بلا مبالاة: «لا، لا يمكن أن يكون متعباً فقد نام طوال فترة بعد الظهر في السيارة. إنه دوماً في مزاج سيء».

الواقع أن الطفل الذي لا ينام ولا يأكل وفقاً لجدول محدد لا يكون سعيداً مرتاحاً. فجسمه مجبر على السعي دائماً إلى إعادة التكيف مع التغييرات، الأمر الذي يسبب له ضغطاً نفسياً شديداً. فعندما لا يعرف أبداً متى سيأكل يصبح متقلب

المزاج. فالدعم والأمن اللذين يؤمنهما له الروتين اليومي غير متوفر له وليس جزءاً من حياته. وعندئذ يطلقون على الطفل صفة النكد وسوء المزاج فيما الواقع أنه بكل بساطة مضغوط نفسياً إلى أقصى حد. ولكن عندما تنهض الأم وتؤمن له، بدون عجلة، روتيناً يومياً فيما يتعلق بأكله ونومه يصبح هذا الطفل ملاكاً. سيكون الأهل فعلياً ممنونين شاكرين لهذا التغير عند أولادهم، وسيدركون أن الجهد الذي يبذلونه لإرساء الروتين اليومي هو شيء ضئيل مقارنة مع الفوائد التي سيجنونها. الطفل الذي يتغذى جيداً ويرتاح جيداً هو طفل سعيد ومستريح.

أسئلة نفكر فيها

- هل طفلي سيء المزاج، سريع الغضب، أو متعب؟ هل تشعرين أنه متوتر؟ كيف لي أن أساعده كي يصبح أهدأ حالاً؟
- هل لدى طفلي روتين معين لأكله ونومه؟ هل يعاني من مشاكل على صعيد الأكل والنوم؟
- هل لديه وقت كاف للعب؟ هل يقوم بأنشطة عديدة؟ أي نشاط من هذه الأنشطة يمكن أن يستغني عنه؟

أهل ليس لديهم لحظة راحة

ما الذي يحدث لأولئك الأهالي الذين يكونون دائماً عل عجلة من أمرهم وأمامهم أشياء كثيرة ليقوموا بها إنما ليس

لديهم عادات روتينية ولا يستريحون أبداً من الأبوة والأمومة؟ الواقع أن عاقبة إلغاء الروتين من حياة الطفل هي أن الأهل لن يعرفوا طعم الراحة أبداً. سابقاً كان الأهل يتنفسون الصعداء عندما تحل الساعة السابعة أو الثامنة: «أخيراً نام»، يقولون ذلك وهم يتأملون بهدوء أطفالهم وهم نائمون، إلا أنهم يعلمون أن لديهم بضع ساعات لإعادة شحن بطارياتهم أو بالأحرى لإعادة شحن طاقاتهم واسترداد أنفاسهم والتعافي من الإرهاق الذي تسببه الأمومة أو الأبوة. أمامهم ثلاث أو أربع ساعات للاسترخاء والقيام ببعض الأشياء الخاصة بالراشدين أو قضاء الوقت مع أزواجهم أو التحدث مع الأصدقاء أو ببساطة مشاهدة التلفاز. إنه وقت سيكون بالنسبة للأهل وقتاً مقدساً يسترد فيه الأهل هويتهم. «واو، أنا لست فقط أماً بل شخص لديه حاجاته ورغباته أيضاً». إنه وقت يتواصلون فيه مع أنفسهم وفيه يستطيع الزوجان أن يغذيا علاقاتهما بدون الخوف من أن يقاطعهما الطفل، وقت يستطيع فيه الأهل أن يتناقشوا أموراً خاصة بالراشدين.

ولكن عندما نلغي الروتين من حياة الطفل، لايكون شيء مما ذكرناه ممكناً للأهل. فالأولاد متواجدون في كل الأوقات، يدورون حول أهاليهم كالأقمار الدائرة حول الكواكب ويبقون هكذا حتى ينام الجميع من الإرهاق. وإذا نام الطفل في سريرنا فستلاحقنا الأبوة والأموة إلى أحلامنا حتى. فالأمهات لا يتوقفن أبداً عن أن يكن أمهات والآباء لا يتوقفون أبداً عن أن يكونوا آباء.

وبدل أن نتقدم نتراجع ونعود جميعاً إلى الزمان الذي كانت العائلات تنام فيه في مسكن مؤلف من غرفة واحدة. من الجيد ربما أن نذكّر بالمشاكل التي تحدث في هذه الحالات: عندما لا يملك الطفل مكاناً خاصاً ويجتاح أهله، ستتهدد خصوصية الأهل. مع أن بعض الأهل يظهرون إبداعهم بإيجاد أماكن بديلة لممارسة الحب إلا أن ذلك ليس أمراً مثالياً أو عملياً.

أخبرتني معلمة من معلمات رياض الأطفال هذه القصة.
جاءتني أم من أمهات تلاميذي في صباح أحد الأيام قلقة وقالت لي: «آنسة أندرسون. أنا قلقة جداً على جايمي، فهو لم يكد يبلغ الرابعة من العمر وقد سألني البارحة: «أيمكنني أن أضعه داخلك كما يفعل أبي». من أين جاءته هذه الفكرة؟
سألتها إذا كان جايمي ينام في غرفته فأجابتني: «لا. هو ينام معنا»

يحتاج الأهل إلى الخصوصية والمكان اللذين تؤمنهما غرفة النوم.. يحتاج الطفل إلى مكانه الخاص ليُنمّي فرادته وإنسانيته والواقع أن ما يعوّق هذه العملية هو تواجد الطفل دائماً مع الأهل حتى عندما ينام.

يجتاح الطفل مكان الأهل

يشكو عدد كبير من الأهل من أن ابناءهم يأتون إلى أسرّتهم ليلاً، وآخرون يقولون إن أولادهم ينامون دائماً معهم

وإنهم متعبون من ذلك. أعتقد أن هذا مثال آخر عن المشاكل التي يولّدها عصر التربية المتساهلة. الواقع أن ذلك انعكاس واضح لها: اجتياح أماكننا بسبب اندماج عالم الطفل بعالمنا.

لماذا يصبح هذا الوضع ورطة؟ منذ عدة عقود لم تكن هذه المشكلة شائعة، فما الذي حدث حتى تصبح هذه المشكلة كالوباء المستشري؟

في التربية الاستبدادية كان هناك وضوح بشأن المكان الخاص بالطفل والمكان الخاص بالأهل. لقد كانت المساحات الجسدية واضحة وكان الأولاد يعرفون منذ نعومة أظفارهم هذه الحدود وقد تعلموا أن يحترموها. في ذاك الوقت لم يكن الطفل يستبيح محفظة أمه مفتشاً فيها وإذا فعل ذلك كان يعرف أن عواقب وخيمة ستنزل على رأسه إن افتضح أمره. وكذلك كان الحال بالنسبة لمكتب والده الذي كان يعتبر مكاناً مقدساً، والولد الذي كان ينقب فيه مفتشاً بالسر كان يعرف أنه يخاطر وبأنه سيعاقب إذا ما اكتشفوا أمره. أما غرفة نوم الأهل فهي للزوجين فقط ومحرمة على الأولاد. وعندما كان الطفل يمرض كان مسموحاً له استثناء فقط بالنوم في غرفة الأهل ولكن كان الجميع يعرف أن هذا الوضع مؤقت. كانت الحدود واضحة جداً للأطفال، فالطفل لم يكن يرجو أهله حتى يسمحوا له بالنوم معهم والأهل لم يكونوا يشعرون بالذنب لأنهم لا يسمحون له بذلك.

ولكن كل شيء تغير في عصر التربية المتساهلة فالأطفال أحرار في اجتياح أي مكان خاص بالأهل وليس هناك حدود.

إن هذا ما يجعل الطفل ينام في النهاية مع أهله الذين يشعرون بأنهم غير قادرين على تصحيح الوضع.

هناك ثلاثة أسئلة يمكن توجيهها هنا:

1 ـ ما الذي يدفع الأهل إلى ذلك؟ لماذا يسمحون لهذا الوضع أن يحدث؟ لماذا يشعرون بأنهم غير قادرين على إرسال أطفالهم إلى أسرتهم؟

يشكو الأهل من قضاء طفلهم الليل في أسرّتهم، ولكنهم يشعرون بالعجز عن تغيير الوضع. في هذه الحالة عليهم أن يفكروا في ما يدفعهم إلى ذلك: هل يرغبون حقاً أن ينام طفلهم في غرفته؟ أثناء ورشة من ورشات عملي ظهرت هذه الحالة:

اشتكت أم من أن ابنتها البالغة من العمر ثلاث سنوات، كانت تأتي إلى غرفتها ليلاً. وعندما أعطيتها النصيحة الأولى ردت عليّ قائلة: « لا، لقد حاولت ذلك ولم ينجح الأمر». اقترحت عليها اقتراحاً ثانياً فردت: «لا أوافق على ذلك». بعدما رفضت اقتراحي الثالث نظرت إليها وسألتها: «أتريدين حقا أن تتوقف ابنتك عن النوم معك؟». احمرّ وجه هذه الأم واعترفت: «لقد أدركت الآن أنني لا أريد ذلك فعندما كنت طفلة صغيرة كنت أنام مع أمي دائماً وكانت علاقتنا جيدة جداً. أظنني أخشى أن يؤثر نوم ابنتي في غرفتها على علاقتنا»

2 ـ لماذا يسمح بعض الأهل لأطفالهم بالنوم معهم؟

إليكم بعض الأسباب المحتملة:

➢ **لأن ذلك مناسب**

عندما ترضع بعض الأمهات أطفالها، تجد أن من الطبيعي أن ينام طفلها معها، فبذلك تتجنب تكرار النهوض والذهاب إليه. كما أنها تشعر بالسرور من اعتماد هذا الطفل عليها بالكامل.

اتكال الواحد على الآخر في هذه المرحلة حتمي. ولكن ما الذي يحدث مع مرور الوقت عندما يصبح الأهل متعودين على أن يشاركهم الطفل سريرهم؟

إذا نام الطفل مع أهله في السنوات الأولى من عمره ثم طردوه من غرفتهم فسيقاوم الطفل كثيراً. هذا غير مفهوم بالنسبة له فالنوم معاً أصبح عادة وكلنا نعرف كم يصعب تغيير عادة ما. وعندئذ سيشعر الطفل بأن هذا الانفصال جرح مؤلم. الأمر أشبه بالفطام: كلما كان الطفل أكبر سناً، صعب الأمر عليه أكثر.

➢ **لأن ذلك يمتعك ويسر قلبك**

إننا نلاحظ كيف أن الراشدين يستمتعون بالقيام ببعض الأشياء مع أطفالهم الصغار بدون الأخذ بعين الاعتبار التأثير الذي يعكسه ذلك على الطفل. من الأمثلة على ذلك تقبيل وضم الطفل الذي يعبس إشارة إلى درجة انزعاجه. ولكن الراشد يعلل أنه يفعل ذلك لأنه يمتعه. أهذا دال على

الاحترام؟ أهذا مقبول؟ أمن المقبول أن نعامل الطفل وكأنه شيء المقصود منه إمتاعنا. ألا يحسب حساب مشاعره وما يفضله؟

> تعطينا ماغدا غربر المعلمة المشهورة مثالاً عن الاحترام العميق الذي يستحقه الطفل. في أحد الأيام التقت أماً تحمل بين ذراعيها طفلة فسألتها الأم إن كانت تحب أن تحمل الطفلة فأجابتها ماغدا: «لا أعرف. هل تريد الطفلة مني أن أحملها؟»

كأهل، هناك تجارب كثيرة تشعرنا بالمتعة ولعل نوم الطفل معنا هو أحدها ولكن أهذا هو أفضل شيء للطفل؟ قد أشعر بسعادة عارمة عندما أرى طفلي متكوراً بجانبي على السرير ولكن أهذا هو الأفضل له؟ في الوقت الحالي يسرني كأم الأمر إنما ماذا عن النتيجة البعيدة المدى؟ عندما نربي الطفل بدون تبصر عميق، لن نتنبأ بعواقب ما نفعله. الوقت يمضي سريعاً وسرعان ما يصبح الطفل في الرابعة أو الخامسة أو السادسة من العمر وعندئذ يصبح استقلال الطفل أصعب فأصعب، فيدفع ثمن استمتاعنا وسرورنا.

◄ لأني لا أريده أن يكبر

تستمتع بعض الأمهات بأمومتهن راغبات في بقاء أطفالهن صغاراً إلى الأبد. فالشعور بأن الطفل بحاجة إليهن يعطيهن هدفاً لحياتهن وواقع أن الطفل ينام معهن يمنحهن رضا عارماً. ولعل عدم إعطاء الطفل المساحة الكافية قد يكون ناتجاً عن رغبة لاواعية بأن يظل الطفل معتمداً عليها. الأم

هي التي تتجنب أن يتركها طفلها، والطفل يدرك حاجتها هذه فلا يرغب هو أيضاً في تركها.

إن تعابير مثل: «طفلي الصغير، حبيبي الصغير..» تعكس هذه الرغبة في أن يبقى صغيراً إلى الأبد.

➤ **لأنه يملأ فراغاً عاطفياً عندي**

> ما إن تطلقت أمبر من زوجها حتى بدأ روبين الصغير البالغ من العمر خمسة أعوام بالنوم مع أمه. وبعد مرور عام التقت ببوب وبعد ثمانية أشهر على تعارفهما قررا الزواج. «عندما سينتقل بوب للعيش معنا، سيكون عليك النوم في غرفتك» هذا ما أخبرت الأم ابنها به. «لماذا؟». «لأن بوب سينام معي الآن». عبس روبين وقال بغضب: «أنا أكرهه. لا أريده أن يعيش معنا»

لقد شعرت الأم بالوحدة بعدما تركها زوجها فجعلت ابنها يحل محله. فكان أن لبت حاجتها إلى وجود رفيق لها في حياتها ولكن الآن بعدما أصبح لديها شريك آخر، أرادت أن يعود ابنها إلى غرفته. أهذا عدل بالنسبة للطفل؟ هل نحن متفاجئون من غضبه و من عدم رغبته بأن يكون ذاك الشخص جزءاً من حياتهما.

عندما يشعر الأهل بأنهم وحيدون وغير محبوبين فقد يلتمسون السلوان عند أولادهم ليملؤوا فراغاً عاطفياً. فيستجيب الأولاد بشكل لاواع ويضحون بأنفسهم دافعين

الثمن. وهم إنما يفعلون ذلك بسبب حبهم الكبير لأهلهم ووفاء لهم وبسبب حاجتهم للانتماء والشعور بأن أهلهم يقبلونهم.

على الأهل أن يعرفوا ما هي حاجاتهم العاطفية الخاصة وأن يلتمسوا المساعدة لشفاء جراحهم. نحن بحاجة إلى تعلُّم الحب والثقة بأنفسنا بحيث يتمكن أولادنا أن يتعلموا منا الحب والثقة بأنفسهم أيضاً. ومن ناحية أخرى يصبح أولادنا بلسماً لحاجاتنا التي لم يتم إشباعها، فنخلّد بذلك معاناة الإنسانية، مستخدمين أولادنا ليملؤوا فراغاً عاطفياً. والنتيجة ألا يقدروا على إدراك حاجاتهم الخاصة أيضاً لأنهم كانوا مشغولين كثيراً في تلبية وإرضاء حاجاتنا نحن. عندما نصبح والدين، قد نستخدم أطفالنا لملء الفراغ العاطفي وسيقوم الأولاد بالشيء ذاته وهكذا دواليك.

◄ لأنني اشعر بالذنب

في ورشات عملي، غالباً ما أتواصل مع أهل يقولون إنهم مقتنعون بأن على أطفالهم النوم في غرف نومهم ولكنهم بعد أن يرجوا الطفل حتى يبقى في غرفته، ينتهي الأمر بأن ينام معهم. هؤلاء الأهل منزعجون حقاً من هذا الوضع ولكنهم يفتقرون إلى الشجاعة لاتخاذ القرار. إن الطفل الذي يقاوم التغيير يشعر بعدم وجود حزم في القرار المتخذ. قد يسمع الأوامر ولكنه يدرك قلة الثقة عند الأهل بقرارهم فما إن يحين منتصف الليل حتى يأتي راجياً أباه للسماح له بالنوم معهما فيستسلم الأب ويتأكد الطفل من شكه بأن أهله يفتقرون إلى القدرة على تطبيق القرار.

ما الذي يمنع هؤلاء الأهل من اتخاذ القرار الحازم علماً أنهم مقتنعون بعدم صوابية ما يفعلون؟ غالباً ما يأتي الرد بأن الشعور بالذنب هو ما يوقف قراراتهم. في عصر الاستعجال هذا الذي لا يتواجد فيه الأهل إلا قليلاً مع أولادهم والذين تمنعهم كثرة أشغالهم عن رعايتهم كما يحبون، يتربع الشعور بالذنب عند هؤلاء الأهل وتهمس لهم أنفسهم: «كيف ترسله إلى غرفته؟ أنت أب حقير! أنت لم تكن معه طوال اليوم، وهو لا يريد إلا أن يكون معك».

يأخذ الشعور بالذنب بالتسرب إلى عقولنا حتى يترسّخ فيها فنقتنع بأن علينا أن نكون متساهلين.

طالما أن الأهل لا يفكرون بدوافعهم النفسية، فستظل الصعوبات قائمة. أما الأسباب اللاواعية وراء ذلك فهي الخوف من أن يخسروا حب الطفل لهم أو الخوف من أن يتركهم الولد عندما يكبر أو الحاجة إلى أن يشعر الأهل بأن الطفل بحاجة إليهم أو الشعور بالذنب لأنهم أهل سيئون. إن هذه الأسباب تصبح حواجز تعيق الأهل عن اتخاذ القراراللازم لتغيير الوضع. ومع أن الأهل قد يكونون مقتنعين عقلياً إلا أن الأهل يخربون بشكل لاواع أي محاولة للتغيير الفعلي. إنهم عالقون في الشكوى، غير راغبين في تحمل مسؤولية المشكلة ويضعون اللوم على الطفل.

3 ـ ما هي الحاجة التي لم يتم إشباعها لدى الطفل؟ لماذا يحتاج إلى النوم مع أهله؟

زرت صديقتي يوماً. كان لهذه الصديقة طفلة في الشهر الخامس وكانت هذه الطفلة تبكي ليل نهار. بدا واضحاً أن صديقتي مرهقة متعبة ولاحظت أن الطفلة تستيقظ مرعوبة خائفة وتبدأ بالبكاء كلما وضعتها أمها في مهدها عندما تغط في النوم. اكتشفت أن الطفلة دخلت إلى المستشفى بسبب التهاب معوي وفُرض عليها النوم وحدها عدة أيام لأن قانون المستشفى كان يمنع الأهل من البقاء مع أطفالهم. فنصحت صديقتي بأن تترك الطفلة تنام معها مدة أسبوع على أن تنقلها بعد ذلك إلى مهدها شرط أن يوضع المهد بجانب سرير الأهل. وشيئاً فشيئاً أخذ الوالدان يبعدان المهد حتى أعيد أخيراً إلى غرفة الطفلة. وبدأت الطفلة بالاسترخاء وتوقفت عن البكاء وما هي إلا أسابيع حتى كانت تنام بسلام في غرفتها.

كان قلق الطفلة عائداً إلى انفصالها الفجائي عن أهلها إضافة إلى الخوف والانزعاج اللذين يشعر بهما كل من يتم إدخاله إلى المستشفى. حتى نعالج إحساسها بعدم الأمان كان المطلوب أن تبقى مع أهلها حينما تكون نائمة. وكان أن تعافت الطفلة.

السؤال الهام هنا:

ما هو الشيء الذي يفتقده الطفل الذي يصر على النوم مع أهله؟

الواقع أن إصرار الطفل على النوم مع أهله يخبرنا بأن **هناك حاجة عند الطفل لم تتم تلبيتها.** لعله لا يشعر بأنه محبوب أو مقبول ولعله لا يشعر بالأمان. ربما هو خائف أو ربما هو لا يشعر بأنه جزء من العائلة، ولعله مضغوط نفسياً أو ممتعض من بعض التغييرات. عند الأطفال الأكبر سناً يكون السبب خوفهم من أن يكبروا. فهل يريد، إذا كان صبياً، أن يبقى مرتبطاً بأمه بدل أن يخطو خطوة للارتباط بأبيه؟

إذا أصر الطفل على النوم مع أهله فقد تكون رغبته هذه مؤشراً إلى أن هناك حاجة لم يتم إشباعها وأن علينا التعامل معها. السماح للطفل بالنوم مع أهله هو فقط مسكن للألم لا يعالج إلا العارض. علينا أن نكتشف ما هو الشيء الناقص وأن نحاول تصحيح النقص بحيث يقدر الطفل على شفاء سعادته العاطفية وشعوره بالأمان.

المساعدات الإيجابية

أبسط نصيحة أنصح بها الأهل الذين لم ينجبوا طفلاً بعد، أن يجعلوا ابنهم ينام في غرفته في السنة الأولى من عمره. فإذا نام الطفل منذ ولادته في مهده هناك سيتعلم أن هذه الغرفة هي الغرفة التي ينام بها. الحقيقة أن هذا يتطلب جهداً كبيراً من الأم إذ سيكون عليها الذهاب إليه ليلاً عندما

سيحتاجها ولكن على المدى البعيد سنتجنب مسألة إقصاء أو طرد الطفل من غرفة والديه.

من الهام أن نفهم أن الأطفال يشعرون أحياناً بالضعف والوحدة والخوف فيرغبون في النوم مع أهلهم. وإذا تنبه الأهل إلى هذه الحاجة، فعليهم أن يعرفوا أن هذا مؤقت فقط. وعندئذ يمكنهم السماح للطفل بالنوم معهم إنما لأيام معدودة فقط على أن يعود لاحقاً للنوم في غرفته. **عندما يعرف الأهل مكانهم ومكان الطفل يمكنهم أن يتعاملوا مع هذا الأمر بمرونة دون أن يسبب ذلك مشكلة.**

ولكن إذا كان الوالدان يفتقران إلى قوة الإرادة التي تخوّلهما إعادته إلى غرفته لأنهما يعرفان أن شعورهما بالذنب سيجعلهما يترددان إذا ما ناشدهما الطفل أو أخذ يبكي، فأنا أنصحهما هنا بعدم السماح له بالنوم معهما. وإذا ما عانى من الكوابيس أو من مرض فالأفضل أن ترافقيه إلى غرفته. فقد تكون الكوابيس والمرض ذريعة من الطفل حتى لا يرجع إلى غرفته.

هذا لا يعني أن الطفل غير قادر على الاستمتاع برفقة أهله في غرفتهما وعلى سريرهما أثناء النهار، غير أن عليهما أن يوضّحا له أن عليه النوم في غرفته وقت النوم. بعد نوم الطفل يقدر الأهل على التنعم بمكانهما الخاص وأخذ راحة من الأبوة والأمومة لعدة ساعات.

على أولئك الذين يعانون من مشكلة نوم أطفالهم معهم

ويسعون إلى حل، أن يسألوا أنفسهم ما يلي:

لماذا أريد أن أحل المشكلة؟

ما هو الأفضل لطفلي؟

إذا كان حبنا لطفلنا حقيقياً فنحن سنريد من كل قلبنا الخير، كل الخير له، بعيداً عما نفضله وبعيداً عن فرحنا وخوفنا وراحتنا وشعورنا بالذنب حتى. ونحن، بمعنى آخر، نقوم بتطهير حبنا من الملوثات ونقدم له حباً يغذيه ويساعده على النمو بحرية مؤكداً فرادته وقدره.

عندما يقرر أحدهم أن يحل المشكلة، ينبغي أن يكون واضحاً أن القرار ليس متعلقاً بالطفل بل هو متعلق بالأهل لأنهم وحدهم من يقرر ما هو الأفضل له. وبناء على ذلك، ليست المسألة مسألة مقايضة الطفل أو التوسل إليه أو التضرع له أو إقناعه. عندما أسمع الأهل يقولون إن الطفل يتوسل إليهم حتى يعود إلى النوم معهم، أعرف عندها أن الأهل يفقدون السيطرة ويدفعون مسؤولية القرار إلى الطفل.

بدل الإقناع، على الشخص أن يقول بحزم ما الذي ينوي القيام به. والحزم المتوقف على الأهل، الذين عليهم أولاً اتخاذ القرار في داخل أنفسهم، سيسمح للتغيير بالحدوث.

حالما يوافقون على الحزم والثبات على الرأي، عليهم التحدث إلى الطفل الذي سيفهم «أن الأمر انتهى وأن عليه النوم في غرفته». بإمكان الأهل أن ينذراه قبل أن يقنعاه:

«يا حبيبتي، هذا سريرك في غرفة نومك. وهذه غرفتنا

وسريرنا. سنحب طوال اليوم أن نبقى معك ونحن نرحب بك في غرفتنا وعلى سريرنا ولكن عندما يحين وقت النوم على كل واحد منا النوم في سريره. وإذا استيقظت ليلاً وجئت إلى غرفتنا فسنعيدك إلى غرفتك».

هذا يعني إرجاع الطفل مرة أو عشرين مرة. على الأهل أن يكونا حازمين ومنسجمين لأنهما إن لم يكونا كذلك فسيخرب الواحد جهود الآخر ولن يتوصلا إلى حل أبداً. بإمكان الوالدين أن يتناوبا على إعادة الطفل إلى سريره. قد تكون الليالي الأولى رقصة مستمرة، ولكن إذا كان الوالدان يدعمان بعضهما بعضاً فسينتهي الأمر بأن يتعوّد الطفل على النوم وحده. الحقيقة أن بذل الجهد لتحقيق هذا الهدف أمر يستحق التعب لأن كل فرد في العائلة سيكون له مكانه الخاص.

عبارات على الأهل الذين يرغبون في استعادة مكانهم الملائم تكرارها

- يحق لي أن يكون لي مكاني الخاص وعليّ كراشد أن أتخذ القرار الضروري للحفاظ عليه.
- أستحق أن أستريح وأن أستعيد عافيتي لأكون أماً محبة غداً.
- عندما أمنح ابني مكانه الخاص، أجعله حراً حتى ينمّي استقلاليته وشخصيته.

مظهر المستذئب

النتيجة الأخرى لتخلي الأهل عن مكانهما الخاص هو الدكتور جايكل أوالمستذئب. فالأم أو الأب اللذان يضرب بهما المثل بالصبر واللذان يتحملان أولادهما بهدوء، يعطيان انطباعاً بأن لا شيء يقلقهما طوال النهار. ولكنهما في الليل ينفجران، الأمر أشبه بحبل مطاطي، يُمطَ ويمطّ حتى ينقطع أخيراً. عندما تبلغ الساعة الحادية عشرة ليلاً والطفل لم ينم بعد، تتحول الأم إلى وحش هستيري تقول ما لا يمكن الصفح عنه وتهين أولادها وتؤذيهم في النهاية مرسلة إياهم إلى أسرتهم بالصراخ والضرب. وما إن ينام الولد حتى تهوي الأم بجسمها على الأريكة شاعرة بالذنب بحيث تمتنع عن الاستمتاع بالوقت القليل المتبقي لها قبل النوم. وفي الصباح التالي تنهض متذكرة الأمسية المخزية وتعود إلى مداراتهم وملاطفتهم بدون أن تضع حداً لأي شيء يقوم به أطفالها.

إذا رأينا هذا النوع من الأهل المتساهلين، قد لا نصدق أنهم قادرون على فقد أعصابهم. ولكن أولئك الذين يضرب بهم المثل والذين يضعون أنفسهم تحت تصرف أولادهم، يكبحون مشاعرهم فينتهي الأمر بهم بأن ينفجروا بعنف وبشكل مهين.

في أحد الأيام قال المراهقان لأمهما التي كانت تُعدّ قديسة بسبب قدرتها المذهلة على الصبر والتحمل: «أتذكرين تلك الليلة عندما كنا صغاراً وفقدت أعصابك

وأخرجتنا بالبيجامات وأقفلت علينا الباب صارخة بأنك لم تعودي قادرة على تحملنا بعد الآن»؟

ما جرى ليس مستغرباً، لا بل هو شيء متوقع. الصبر ضروري من أجل التعامل مع الأطفال ولكن يجب أن يترافق مع حدود واضحة قائمة على الاحترام المتبادل: وهذا يعني أنني أحترمك وأنت بدورك تحترمني، وحريتك تنتهي عندما تبدأ حريتي. الواقع أن الطفل المسترخي هو طفل سعيد وهذا ينطبق على الأهل أيضاً. من الهام أن نفهم أننا حتى نكون مسترخين لا يعني أن نصبح عميان وغير مسؤولين إلى درجة السماح للأطفال بالقيام بما يريدون.

دخلت سلينا وابنتها البالغة من العمر أربع سنوات إلى قسم مستحضرات التجميل وهناك ويا للمفاجأة التقتا بابنة عم سلينا، دانيال، التي كانت قد سافرت إلى أوروبا منذ سنوات، وفيما القريبتان تتحدثان وقفت مليندا على كرسي بلا ظهر وراحت تلعب بالمكياج. أسرعت الموظفة لتأخذ المستحضرات وتبعدها عن الطفلة. الأم التي رأت بطرف عينها الموظفة تومئ إليها أن تأتي لتأخذ الطفلة ارتدت على عقبيها وأخذت الطفلة ثم أمسكت بذراع قريبتها وسارت مبتعدة ببطء.

أن تهتم بالطفل على مدار الوقت لأمر صعب حتى على أفضل الأهل. فذلك يتطلب طاقة كبيرة تساعدك على تربية الطفل ولهذا السبب يحتاج الأهل إلى تعبئة بطارياتهم أثناء نوم أطفالهم. إذا أعطيت نفسي وقتاً لاسترداد عافيتي وإشباع

حاجاتي وإمتاع نفسي وأخذ شيء من الراحة فسأكون عندها قادرة على العودة إلى مهمتي كأم بحيوية بالغة. الأمر أشبه بتعليمات المضيفة في الطائرة: «إذا حدث انخفاض بالضغط الجوي، فضع أنت أولاً قناع الأوكسجين ومن ثم انتقل إلى ابنك».

الشيء ذاته يُقال عن الأساتذة فمع أن هناك عدداً كبيراً من الأهل يشتكون من كثرة العطلات في المدارس قائلين إن إبقاء أولادهم في المنزل لعدة أيام يرهقهم. ولكن كما أن الأهل بحاجة إلى استرداد عافيتهم كذلك هو حال الأساتذة. في بعض الأماكن، أولئك الذين يضعون روزنامة المدرسة، يفعلون ذلك في مكاتبهم بدون التواصل مع الأولاد فيقعون في غلط الاعتقاد «الأكثر هو الأفضل للتلميذ» معتقدين أن زيادة عدد أيام الدراسة يأتي بالفائدة على التلاميذ. هذا التفكير أشبه بما يلي: إذا كان أخذ حبتين من الفيتامين مفيداً فلماذا لا نأخذ العلبة كلها؟ إذا كان الأكثر هو الأفضل، فهذا يعني أن أخذ علبة فيتامين كلها حتى آخر حبة منها أمر ممتاز. التفكير منطقي ولكن المعالجة خاطئة.

فيما يتعلق بالتعليم نحن نستبدل الكمية بالنوعية. الواقع أن العمل مع الأولاد يتطلب تركيز الأستاذ كله وطاقته كلها. فإذا لم يستعد الأستاذ عافيته فسيصبح التلميذ عرضة لتقلب مزاج الأستاذ وضيق صبره وعدم تحمله. ما الذي قد يتعلمه التلميذ في جو عدائي مشحون بالضغط النفسي؟ من يعتقد أن تعليم الأولاد ليس عملاً مرهقاً فليجرّب ذلك مدة أسبوع

فقط. لا أقول شهراً بل أسبوعاً فقط. فهذا الوقت كاف ليفهم أي كان لماذا يحتاج الأستاذ أثناء العام الدراسي إلى العطل إضافة إلى عطلة نهاية الأسبوع. جرب ذلك وسترى أنك مستعد للموافقة على منح الأستاذ عطلات أثناء العام الدراسي.

الطفل المحشو ثقافة

دعم الطفل في عصر التساهل يعني تزويد الولد بكمية كبيرة من المعلومات. «الأكثر هو الأفضل». إذا كان الطفل قادراً على تعلم القراءة في السابعة من عمره فلِمَ لا نعلمه القراءة في سن الخامسة؟ وإذا كان بالإمكان أن يتعلم في الخامسة فلم لا نعلمه في السنة الثانية من عمره؟ وهكذا دواليك، حتى يكتشفوا أن الرضع يقدرون على تعلم القراءة وهم في مهدهم. أنا أتساءل: ترى لماذا قد يهتم الرضيع بالقراءة فيما لم يكتشف بعد جسمه أو العالم المحيط به؟

أنا أطرح هذا السؤال على أولئك الذين ينوون تعليم الرضّع القراءة: «ما المسألة؟ من الأكثر اهتماماً بتعلم الرضيع القراءة: الأهل أم الطفل؟ هل نعلّم بشراً أم ندّرب قردة»؟ الأمر أشبه بأولئك الذي يعرضون آخر حيلة يقوم بها حيوانهم الأليف. أترانا نتباهى بذكاء أطفالنا غير المحدود؟ الذكاء الذي ورثوه عنا؟

من المؤلم أن ندرك أننا نفتقر إلى بعد النظر. وعلينا كبشر أن نفكر ملياً في بعض الأسئلة الأساسية: ماذا يعني أن نكون

أهلاً؟ هل طفلي إنسان يستحق احتراماً عميقاً أم أنه ملكية أستثمرها وأضارب بها متى أعجبني ذلك؟ ما معنى أن أعلّم طفلاً صغيراً يعيش تحت كنفي؟ ما هي حاجاته الأساسية وكيف يمكنني إشباعها؟

عندما نُتخم طفلنا بالمعلومات لنتمكن من التباهي بذكائه أمام العالم ولنعرضه كجائزة، نحن بذلك نجعل نموه وتطوره يفتقران إلى الاندماج. الطفل في هذه الأيام متخم بالمعلومات التي لا يعرف كيف ومتى يستخدمها. إنه مثقل بالمعرفة العديمة الجدوى التي تعيقه ولا تفيده.

عندما كنت معلمة لمرحلة رياض الأطفال ناداني فرانكي ابن الأربع سنوات في الملعب صارخاً: «معلمتي، معلمتي! ساعدينا، لقد وقعت صوفي وفقدت ملايين خلايا الدم البيضاء والحمراء».

في الصباح التالي جاءني الصبي ذاته والدموع في عينيه وعندما سألته ما الخطب قال: «هل تعلمين كم من البشر يعانون ويموتون في جميع أنحاء العالم في هذه اللحظة؟»

حيّرني هذا الألم المرتسم على وجه هذا الطفل فاتصلت بأهله الذين أشاروا إلى أنهم بدل أن يقرؤوا له قصة قبل النوم، يقرؤون عليه الموسوعة لجعله أذكى! كما أخبروني أنه يجلس معهم وهم يشاهدون الأخبار المسائية. حتى نجعل أطفالنا أذكى، نخلق جيلاً من الأطفال غير المتوازنين.

يصبح الإفراط في المعرفة الذي لا يقابله نضج عاطفي موازن، سلاحاً خطراً في أياد بشر غير ناضجين. إننا بحاجة فقط إلى رؤية كيف يخطط وينفّذ الشباب الصغار القتل والاعتداءات في المدارس. فهم إنما يحاولون أن ينقلوا ما يتلقونه من معلومات مستقاة من أفلام العنف و ألعاب الفيديو، إلى حياتهم الواقعية، فيخلطون ما بين الواقع والألعاب.

إن الذكاء الخالي من دفء القلب، يجعل الطفل يتصرف بقسوة وبعدم رحمة. ولا شك أننا نتذكر ما تعرضه وسائل الإعلام عن جرائم القتل التي يرتكبها الأطفال بحق أطفال آخرين. والواقع أن أولئك الأولاد يحاولون تمثيل ما يرونه في أفلام الكرتون، مقلدين ما يرونه بدون أن يدركوا عاقبة أفعالهم التي هي أمثلة عن المعلومات الخاطئة التي يستخدمها شخص غير ناضج عاطفياً. ومن المُلام؟

عندما تكون تربية الطفل غيرمتوازنة، يصبح عصبياً، يقوده القلق، ويفتقر إلى القدرة على التركيز أي أنه يعاني من كل الاضطرابات الوبائية التي يبتلي بها تلاميذ هذه الأيام. يجب أن يترافق تدريب الطفل مع شيء من الدفء. الأمر أشبه بالنبتة التي تحتاج إلى أشعة الشمس حتى تنمو وتمد جذورها. وهكذا هو حال الطفل الذي يحتاج أن ينمو داخل شرنقة الدفء. إنه بحاجة إلى دفء بيئته ودفء التواصل الإنساني والتربية التي ينفذ منها دفء الموسيقى والمخيلة.

المقصود بتعليم الولد بدفء هو فتح قلبه بالأغاني والألعاب التي توقظ فيه المتعة وحب العيش. عندما نخبره

قصصاً مفعمة بالصور، نساعده على تنمية مخيلته وعلى الاستمتاع بعالم يكون فيه كل شيء ممكناً. في عالم الخيال السحري هذا يستريح الطفل من اضطرابه الداخلي و يتعاطف مع الشخصيات المختلفة، واجداً الحلول للمشاكل.

على المعلومات التي يتلقاها الطفل أن تكون مرتبطة بحياته العاطفية، شرط أن تكون منطقية وذات معنى.

يسأل جو ابن التسع سنوات: «أمي، ما هو الجنس»؟
تجيب الأم بعصبية: «اسأل والدك عندما يعود». ها هو جو ينتظر أن يفتح أبوه الباب: «أبي ما هو الجنس؟».
ينظر الأب إلى الأم بطرف عينه ولكنها تحاول الادعاء بأنها لم تسمع وتحاول أن تبدو مشغولة جداً.
أخذ الأب ابنه إلى الغرفة وأغلق الباب وبدأ الأب يشرح: «يا بني أنت تعرف أن كلبتنا شابا مختلفة عن كلب الجيران، برونو..»
بعد ساعة أخرج جو من حقيبته المدرسية ورقة مطبوعة وقال: «ولكن يا أبي كيف أدوِّن كل ما قلته في هذه المساحة الصغيرة من الورقة التي تقول «جنس»».

لقد أراد جو المساعدة ليجيب عن السؤال المطروح. لو تحدثت الأم معه لأدركت أن الإجابة بسيطة.

علينا أن نتواصل مع الحس أو التفكير السليم ومع حاجات الطفل من أجل أن نعرف متى نقدم المعلومات له ومقدار ما نقدمه من هذه المعلومات وفي أي عمر. عندما

يسألنا سؤالاً ما فلنجبه بدون الإسهاب في الشرح ولنجبه بدون الإجابة عن السؤال بسؤال آخر. **فلنتحقق بالضبط من الأمر الذي يهمّه ومن مصدره**، ولا ننس أن الطفل يعيش في عالم مختلف عن عالمنا. الواقع أننا عندما نعطيه معلومات كثيرة عن شيء يسأل عنه، فنحن نتخمه بها وينتهي به الأمر بأن يتشوّش أكثر فأكثر. وبما أنه غير مستعد بعد لتلقي هذا القدر من المعلومات، سيعاني من عسر هضم عاطفي.

المدارس تنضم إلى المنافسة

للأسف أن المدارس وقعت فريسة هدف «أفضل مدرسة» ووعدت الأهل بإحراز النجاح الكامل. وبات التعليم مشروعاً تجارياً. عندما تتباهى المدرسة بأنها هي أفضل مدرسة إنما تقصد أنها الأفضل من حيث إتخام تلاميذها بالمعلومات في أقل وقت وأصغر سن. لقد أصبح ابن الثلاث سنوات اليوم مديراً صغيراً يحتاج إلى البدء بحياته المهنية. عندما تسمع الأمهات يصفن حياة أولادهن اليومية، لن تستغرب شعور الأولاد بالتعاسة واضطراب المزاج ولن تستغرب القسوة التي تراها عندهم. الضغط النفسي في تزايد كبير وهو يترافق مع ازدياد أعداد التلاميذ الذين يعانون من صعوبات تعلّمية. لماذا نجد أعلى نسبة انتحار عند الأحداث في اليابان، الدولة التي يتعرض فيها التلاميذ إلى أكبر ضغط دراسياً؟

بدأت المدارس المدعومة من الأهل بسباق طائش لتظُهر تلك التي تطلب أكبر قدر من المعلومات من التلميذ في أقل

وقت ممكن. لقد حُشي التلميذ بالمعلومات حشواً. ولكن هنا علينا أن نسأل: إذا كان الولد قادراً على المضغ بشكل أسرع فهل هذا يعني أنه يقدر على الهضم بشكل أسرع؟.

لقد تم دفع الثمن والتلاميذ باتوا كالببغاء يرددون ما يتعلمونه، علماً أن المعلومات مملة، غير هامة لهم وهم ينسونها في غضون أيام معدودات. و الأساتذة أيضاً في حالة من الضغط من أجل إتمام البرامج السخيفة أما الأهل فيضغطون على أولادهم من أجل إحراز مرتبة على لائحة الشرف في المدرسة.

حضرت مديرة إحدى رياض الأطفال ورشة من ورشات عملي تحت عنوان: «ما الذي يسبب ضغطاً نفسياً في سن الطفولة». وعندما كنت على وشك إنهاء عرضي لاحظت كيف أن إحدى الأمهات اقتربت من المديرة قائلة لها: «ابنتي منزعجة لأن صورتها غير موضوعة على لائحة الشرف في المدرسة. ألا تظنين أن تلاميذ رياض الأطفال أصغر من أن يكون لهم في المدرسة لائحة شرف؟»

وتبين لي لاحقاً أن الطفلة في السنة الثالثة من عمرها فقط.

فلنطرح هذا السؤال على أنفسنا: «لمن ومن أجل أي هدف توضع لائحة الشرف في المدرسة؟»

يلجأ المعلمون إلى تحسين التقارير المدرسية أو مساعدة التلاميذ بالامتحانات المطلوبة. والمخزي أن المدارس

والأهالي تخلوا عن أهدافهم الأساسية من أجل تزويد الأولاد بالتعليم المتوازن، ولم يعودوا يهتمون براحة الولد الجسدية أو صحته العاطفية. وفي بعض البلدان يطيلون دوام المدرسة لتغطي لائحة كبيرة من المواد بغية التأثير بالأهالي البسطاء، طالبين في الوقت ذاته من التلاميذ ساعات طويلة من الدرس والفروض.

في النظام الاستبدادي كان الأهل يثقون بالحس الفطري الذي كان يقود الطفل إلى النضج وكأن هناك يداً غير مرئية ترشده. أما اليوم فالمجتمع يتولى هذه المهمة إنما بدون التفكر المطلوب. نحن مغلفون بالتكبر الذي يقودنا إلى عرقلة العمليات الطبيعية محاولين اختبار أولادنا وكأنهم فئران مختبر.

لم يعد هناك غنى في المدارس عن وجود المعالجين النفسانيين ولكن عددهم غير كاف أبداً لمعالجة هذا القدر الكبير من الأولاد التعساء والأهالي المشوشين. العلاجات النفسية مثل العلاجات الطبية المعتمدة تعالج المرض ولا تعالج السبب، تعنى بالعوارض وتتجاهل مصدر المشكلة. في هذه الأيام نعطي مضادات الاكتئاب لأولادنا بدون التفكير في أن نسأل أنفسنا عن السبب وراء اكتئابهم وعدم رغبتهم في العيش أو التفكير فيما إذا كانوا يفقدون شيئاً حيوياً أساسياً لسعادتهم.

يشكو بعض الأهل ولكنهم يشعرون بأنهم عاجزون عن السباحة عكس التيار، وبعضهم لا يستيقظون إلا بعدما يعاني

أولادهم من نوبة تحدث نتيجة ضغط نفسي شديد. لقد أصبحت الصعوبات التعلمية وقلة القدرة على التركيز مشكلة وبائية. والحقيقة أن عدداً كبيراً من المصابين يعانون فقط من الضغط النفسي وهم غير قادرين على تلبية توقعات أهاليهم وأساتذتهم منهم.

روجر في التاسعة من عمره. يعمل أمه وأبوه دواماً كاملاً. لقد شخص المعالج النفسي حالته على أنها عارض قلة القدرة على التركيز (ADD) ووصف له دواء الريتالين. وطلب الأستاذ من أمه أن تخصص شيئاً من وقتها بعد الظهر لتساعده على حل فروضه. فكان أن قررت المرأة القلقة أن تعمل بدوام جزئي حتى يتسنى لها العناية به. بعد ثلاثة اشهر قررت الأم أن توقف دواء الريتالين بدون استشارة المعالج النفسي ولكنها استمرت تواكب ابنها بعد الظهر. بعد سنة هنأها الأستاذ على تحسّن روجر الذي اصبح معدله متوسطاً.

ما الذي عالج روجر: الدواء أم عناية الأم به؟ لا شكّ ان هناك عدداً من الأولاد بحاجة للأدوية فلست أدّعي أن حل جميع المشاكل واحد، ولكن علينا أن نفهم أن غياب الأهل عن البيت يسبب ضغطاً نفسياً للولد. أسلوب الحياة القائم على الركض والعجلة ينزل العناية بالطفل والانتباه إليه إلى أدنى مرتبة على لائحة ما نقوم به كأهل. الواقع أن عدداً كبيراً من الأولاد يعانون من مشكلة قلة القدرة على التركيز التي هي

حالة مرضية ولكن قلة انتباه الأهل إليهم هي السبب في ما يصابون به. بعض الأولاد يشعرون بالسعادة عندما يمرضون والسبب هو أن أهلهم يتواجدون قربهم في هذا الوقت. قد تكون فترة المرض الفترة الوحيدة التي يتخلى فيها الأهل عن الركض وراء مشاغلهم والانهماك بالعناية بالطفل.

مورتن في الحادية عشرة من عمره. كتب في العام 1998 رسالة إلى صحافي في مدينة شتوتغارت الألمانية عن حياته كيف تغيرت بعدما وقع فريسة المرض. كان مورتن يعاني من مرض خطر وكان يحتضر. لقد نشر الصحافي الرسالة وتلقى سيلاً من الرسائل من أولاد وراشدين يواجهون مثله الألم والقلق والمرض كما تلقى رسائل أخرى من أشخاص يتعاطفون معه ويأملون أن يشفى.

هذه خلاصة عن رسالة مورتن:

«في الماضي، لم أكن أشعر بأني في حال جيدة إذ كنت أشعر بالوحدة. وكنت أشعر بهذه الوحدة في البيت بشكل خاص فأمي وأبي مشغولان دائماً، فهما يعملان ويعملان. أنا ولد وحيد، لقد كنت أقضي معظم وقتي وحدي. كنت أتلقى هدايا كثيرة ولم يكن أحد من أصدقائي يتلقى من الهدايا القدر الذي كنت أتلقاه. نعم أردت كل تلك الأشياء ولكني كنت أفضل أن أقضي المزيد من الوقت مع أهلي في البيت. في المدرسة كنت تلميذاً مجتهداً وكان أهلي فخورين بي. لقد قالا عني إني ذكي وإني ذاك الطفل الذي كان يحلمان به.

منذ سنة مرضت. هذا الجانب هو الشيء الجيد بالنسبة لمرضي. إذ فجأة تغير أهلي فقد أصبحا يتواجدان معي طوال الوقت أو على الأقل كان أحدهما يبقى معي طوال الوقت، وأخذا يخبرانني كم يحبانني. وهذا أمر لم يذكراه أمامي من قبل، كما أنني لم أفكر فيه من قبل. ولكني بعد ذلك رحت أفكر في مقدار حبهما لي، وأدركت أنني قبل مرضي لم أصدق أنهما يحبانني».

لسوء الحظ أن المأساة نورت قلبي هذين الوالدين من خلال وضع مؤلم وجعلتهما يقدِّران الهدية التي وهبهما إياها الله. لا شكّ أن هذا الولد لم يكن لديه فكرة عن التأثير الذي فعلته هذه الرسالة وكم فتحت من قلوب.

أولئك الذين يكونون على فراش الموت يطلبون منا أن «نرقص مع هذه الحياة على مهل» وأن نعي المخاطر التي نركبها عندما نكون مذهولين بضجيج الحياة فلا نقدر على سماع الصوت الضعيف الرقيق. لقد تبين أن انشغالنا الدائم يصمّنا عن سماع أصوات أولادنا وأحبائنا ولا يساعدنا على تذكر أن علينا أن نركِّز على اللحظات الهامة في حياتنا، ذلك أننا نتخلى للاسف عن العلاقات الهامة في حياتنا.

التلميذ المضغوط نفسياً

إذا أضفنا إلى قلة انتباه الأهل، الضغط المنافي للعقل الذي تخلفه البرامج التعليمية التي ندفع المبالغ الطائلة من

أجلها والتي يقوم بها أشخاص لا يعرفون إلا القليل عن التعامل مع الأولاد، تكون النتيجة تلميذاً مضغوطاً نفسياً لا يتعلم. لقد شفي عدد كبير من الأولاد الذين يعانون من الصعوبات التعلمية عندما بدأ أهلهم يقضون الوقت معهم أو عندما خففوا الضغط النفسي في حياة الولد. الحل أحياناً هو بإلغاء دروس بعد الظهر الإضافية أو إرسال الولد إلى مدرسة نظامها التعليمي مريح. وسترون أن الولد كالسحر يستعيد سعادته العاطفية.

اتصلت بي أم قلقة قائلة:

«سيدة باروسيو أنا قلقة على ابنتي البالغة من العمر خمس سنوات، فهي تقضم أظافرها باستمرار وتظل في مزاج عكر وتبكي دوماً لهذا السبب أو ذاك. تكاد تجنني».

تعيش هذه المرأة في مدينة كبرى. وعندما سألتها أن تصف لي ما تقوم به الطفلة، أخبرتني ما كنت أتوقعه. تذهب هذه الطفلة في الصباح إلى المدرسة وبعد الظهر لديها دروس إضافية. نصحتها بأن تحدّ من الدروس الإضافية بعد الظهر وأن تتصل بي بعد شهرين. عندما اتصلت بي، لم يفاجئني أن أسمعها تقول إن ابنتها لم تعد تقضم أظافرها بكثرة ولم يعد مزاجها عكراً. علاج بسيط: ضغط نفسي أقل. النتيجة طفل سعيد مرتاح البال.

حددت معلمة الصف الخامس فرضاً لصفها من بينه كتابة فقرة عما يرغب تلاميذها القيام به عندما

يكبرون. في اليوم التالي عندما كانت تصحح الفرض تفاجأت بأن ترى رونالد يختصر طموح حياته بكلمة «متقاعد»

مع أن هذه القصة قد تبدو ممتعة لنا، إلا أنها تعكس ما يحدث لأولادنا في هذه الأيام. فأولاد هذه الأيام مثل رونالد ابن الحادية عشرة الذي تعب من العيش، قد يرددون: «أوقف العالم. أريد أن أغادر». لقد تعب هؤلاء الأولاد من العيش تحت الضغط والتنقل بعجلة من صف إلى آخر ومن نشاط إلى نشاط. فكرة أن يتقاعدوا عندما يكبرون تجذبهم كثيراً.

إذا راقبنا هذه الورطة عن كثب، نجد أنها أصبحت دائرة مفرغة. فمدراء المدارس يلومون الأهل على الضغط المتزايد في البرامج المدرسية قائلين إن الأهل يطلبون منهم إعطاء أولادهم المزيد من الفروض والمواضيع والدروس وحجتهم أنهم يتجاوبون فقط مع ما يريده زبائنهم. رجاء لاحظ أن الزبائن هنا هم الأهل الذين يدفعون وليس التلاميذ الذين يتعلمون. ولكن إذا تكلمنا مع الأهل فتجدهم يشكون من أنهم أصبحوا ضحايا المناهج المدرسية التي يشعرون بأنهم عاجزون عن تغييرها. كل فريق يضع اللوم على الآخر بدون أن يتحمل أي فريق المسؤولية والشخص الوحيد الذي يدفع الثمن هو الولد. لسوء الحظ أن هناك مدارس قليلة تتجاهل هذه المنافسة غير المشروعة وتدعم المبادئ التربوية التي تأخذ حاجات الطفل بعين الاعتبار.

أسئلة علينا التفكير فيها:

- ما هي الفائدة التي قد يحصل عليها الطفل الذكي التعس؟
- لماذا نضحي بالطفولة على مذبح منافسة سخيفة كهذه؟
- كم من الأولاد يجب أن يصابوا بمشاكل حتى نعي وندرك أننا نسير على الدرب الغلط؟
- من يجب أن يغيّر هذا الوضع؟

علامات الطفل المدرسية

هل الحصول على علامات جيدة هو أهم شيء؟
أفي في العاشرة من عمرها وهي في الصف الرابع الابتدائي. استدعتها المديرة لأنها زوّرت إمضاء والدها على المسابقة. كانت «أفي» مرعوبة تنتظر والدها الذي لم يكن يعرف أنها رسبت في الرياضيات.

أذكر هذه الحادثة عندما كنت مديرة مدرسة. لقد كنا جميعنا مدهوشين لأن بنتاً صغيرة كهذه حاولت تزوير إمضاء والدها. لا شك أن التدرب على هذا التزوير احتاج إلى وقت منها. ما الذي دفعها إلى القيام بهذا؟ الخوف! الخوف من عقاب أهلها ورفضهما واستهجانهما. كانت «أفي» تعاني من صعوبات تعلمية وهو أمر كان أهلها يرفضانه.

بسبب مبالغتنا في تقدير النتائج الأكاديمية المدرسية، أصبحنا عميان. هل الولد الذكي أفضل من الولد المحب أو الكريم أو الفنّان؟ من الذي يؤكد أن الولد الذكي مدرسياً هو

فقط الذي سيكون ناجحاً وسعيداً بإنجازاته؟ لحسن الحظ أن هناك دراسات أجريت على أشخاص مثقفين متعلمين أكدت أن الذكاء عدة أنواع. الواقع أن هذه الدراسات تشجعنا على تقدير أنواع أخرى من الذكاءات واكتشافها فالحقيقة أن هناك اشياء أخرى غير اللغة والرياضيات والاستدلال التي هي مواد تأخذها بعين الاعتبار معظم المدارس. لماذا نبالغ في تقدير التلميذ الذكي الذي يتفوق أكاديمياً؟

«مرحباً رايتشل كم ولداً عندك؟ وكيف هو مستواهم الدراسي؟» «حسناً يا نيكول. لدي ثلاثة أولاد. تلميذ الفئة «أ» وتلميذ الفئة «ج» والغبي. لا يقدر الجميع أن يكونوا على ذات الدرجة من الذكاء!»

لا يعبّر بعض الأهل بعبارات كهذه، قد يكونون أكثر تهذيباً ورقة لكن المعنى هو ذاته. يشعر الأهل بالفرح عندما يتلقى الولد الجوائز والتقديرات والدبلوم ولكن الأفضل ألا نذكر الغبي، فهو يُقصى من العائلة لأنه يشكل لها الخزي والعار.

ما الذي قادنا إلى الاعتقاد بأن أولادنا مهما كانت علاماتهم المدرسية أشخاص يمكن تصنيفهم بحسب علاماتهم؟ أيمكن تحويل قيمتهم الإنسانية إلى عدد أو حرف؟ لأنه يتم تقويم جدارة الولد بهذه الطريقة، تجد الأهل يستفيدون من كل تفوق يتفوقه، معتبرين هذا التفوق والتميز مصدراً للفخر في العائلة. ولتحقيق هذا الهدف يقدم الأهل الجوائز والمكافآت.

«أتعرف؟ لقد قرر والدي، إذا أحرزت علامات عالية في المدرسة، أن يشتري لي تلك الساعة الغالية الثمن التي رأيناها في المول البارحة. لذا لن أستطيع الذهاب معكم يا شباب إلى المنتزه. عليّ أن أدرس» هذا ما قاله ارنست إلى صديقه على الهاتف.

عندما نقدم للولد مكافأة، يتركّز عندها انتباهه على المكافأة لا على عملية التعلم. نعطيه الانطباع بأنه يقدم لنا معروفاً إذا درس ونجعله يعتقد أن الدراسة شر لا بد منه.

سألني في أحد المرات ابني الذي كان في الصفوف الثانوية: «لماذا لا تكافئينني على ما أحرزه من نتائج مدرسية كما يفعل أهالي رفاقي مع أبنائهم؟»، فأجبته: «إذا قدمت لك سيارة رياضية غالية وسألتك كم عليّ أن أدفع لك لتأخذها. ماذا ستقول؟» «سأقول إنك جننت. لماذا تدفعين لي حتى آخذ شيئاً جلبته لي؟»
«إذن لماذا أعطيك جائزة على التعلم الذي هو أغلى من أي سيارة في السوق؟ السيارة شيء مادي يأتي ويذهب أما تعليمك فسيفيدك حتى آخر عمرك. التعليم هو أهم شيء قد أقدمه لك كأهل. هل عليّ أن أعطيك شيئاً حتى تأخذه؟».

الحصول على التعليم امتياز. إن عدداً كبيراً من الناس حول العالم ممن يتوقون إلى التعلم لا يحصلون على العلم. يبدو أن من السخافة أن نرجو أولئك الذين يتعلمون أن يستغلوه. حينما نكافئ الولد، نوحي له أن الدراسة شر لا بدّ

منه علينا تحمله. والواقع أن نقل هذه الفكرة مضيعة للوقت فالهام بالنسبة للأهل هو الحصول على علامة جيدة. ولكن ينتهي بنا الأمر، بموقف كهذا، أن نوصل له ما يلي:

«يا بني بما أن الدراسة بحد ذاتها شيء لا جدوى منه، سأقدم لك مكافأة على قيامك بجهد للاستفادة من فرصة التعلم».

ما ينبغي أن يكون فخراً في عصر التساهل هذا، أصبح مهمّة مضجرة. فالولد يتعلم أن يحتقر ما هو نفيس ثمين، ويصبح مادياً أكثر فأكثر. ولكن اللجوء إلى مكافأة الأولاد يدلّ على أننا لا نعاملهم كبشر جليلي القدر بل نعاملهم معاملة من ندربه على إطاعتنا. الأمر أشبه بتدريب الكلب الذي كلما قام بحيلة ما كافأناه بشيء من الطعام، أو أشبه بالحصان الذي نقدم له قطع السكر عندما يفوز بالسباق. فالولد نقدم له لعبة عندما ينال أعلى درجة في الصف. حينما نقوم بهذا، نحوّل تركيزه عن التفكير في ما هو هام فعلاً. لم يعد اليوم بذل الجهد والشعور بالرضا عن الأشياء الصعبة التي ينجزها تجربة مهمة يتعلم تقدير قيمتها. اليوم لم يعد هناك معنى ومغزى من تحديد الأهداف وتحقيقها والشعور بالفخر لأنه تغلب على ضعفه.

نحن بمعنى آخر نستخف بأولادنا ونقلل من قيمتهم عندما نقدم لهم الجوائز وكأنهم حيوانات ندربها بهدف إمتاعنا. يبذل الولد الجهد إنما للأسف من أجل حافز غير صحي.

أسئلة علينا أن نطرحها على أنفسنا:

- هل أعامل ولدي وكأنه لا يمثّل إلا العلّامة المدرسية؟
- ما هو الأهم بالنسبة لي علاماته المدرسية أم استمتاعه بالعلم؟ هل أقدّر النتيجة أكثر من التقدّم؟
- هل أضغط على ابني حتى يحوز على المرتبة الأولى في الصف؟ لماذا هذا الأمر هام بالنسبة لي؟ من الذي أحاول التأثير فيه بإنجازاته؟ هل أعتبره جائزة؟
- هل أستخدم الجوائز لأحث ولدي؟
- ما الذي أتوقعه أكاديمياً من ابني؟ ما الذي يحدث عندما لا يحقق توقعاتي؟ هل حبي له مشروط بتحقيقه توقعاتي؟

الفصل الثالث

الأهل الطيّعون الهلاميون

أحب أن أسمي أولئك المتساهلين بالأهل الطيّعين الهلاميين لأنهم كالهلام ناعمون، لا قوام لهم. الولد يلاحظ أن شخصاً كهذا هو شخص ضعيف ويعرف أنه قادر بإصبع واحد أن يطرحه أرضاً. والحقيقة أنه بدل أن يكون لديه راشد يرشده، لديه أب أو أم أشبه بطفل مفرط النمو وهذا الوالد أو الوالدة يستشيرانه لاتخاذ القرارات ويستسلمان لجميع نزواته. الذي يحدث أن الولد يدرك أنه يواجه العالم وحده لأن والديه الهلاميين ضعيفا الشخصية لينان كجسد بلا عمود فقري.

لماذا أقول عن الأهل المتساهلين بأنهم أشبه بجسد بدون عمود فقري؟ لكثرة ما تلقوه من معلومات نفسية وتربوية عن الأذى الذي قد يلحقونه بابنهم، باتوا مصابين بترقق عظمي عاطفي بحيث تآكل شعورهم بالسلطة واندثر. ولأنهم باتوا يشعرون بعدم الأمان وبالخوف من ارتكاب الأغلاط وأذية أطفالهم، تراهم مرعوبين من اتخاذ القرارات. ولأنهم يتخلون عن سلطتهم كأهل، تجدهم يريدون إما مشاركة المسؤولية مع أولادهم أو تسليمهم القرارات بشكل كامل.

كنت مديرة مدرسة لسنوات وقد وجدت نفسي أمام الوضع التالي في مناسبات عديدة:

> أراد أهل طفلة أن يتعرفا على المدرسة. طلبت من الطفلة البالغة من العمر أربع سنوات أن تلعب على المرجوحة ريثما أقوم بمحادثة الأهل. بعدما أمضيت ثلاثة أرباع الساعة بالشرح للأهل عن النظام التعليمي في المدرسة والقيام بجولة للتعرف إلى التسهيلات الموجودة فيها، قال الأهل لي: «سيدة باروسيو، لقد سحرنا ما رأينا وما عرضته علينا ونحن فعلاً مهتمون بالمدرسة إنما علينا التكلم مع ابنتنا ويندي فهي التي ستختار المدرسة». عندما أواجه شيئاً كهذا الوضع أقول لنفسي: «لو كنت أعلم لتركت الأهل يلعبان على المرجوحة ولجلبت الولد إلى مكتبي»

قدّم للبنت الصغيرة بعض الحلوى أو علبة أقلام وستقتنع بأن مدرستك هي أفضل مدرسة في العالم. ولكن أبهذه الطريقة نختار المدرسة؟ هل نسمح للطفلة باختيار المدرسة بدون نضج ومعايير يخولانها اتخاذ هذا النوع من القرارات؟ يمكننا أن نسمح لها باختيار الثوب الذي تريد ارتداءه، أما أن نسمح لها باختيار المدرسة المناسبة فهذا ما لا يقبله عقل. لماذا نترك، كأهل، قراراً كهذا بين يديها؟ لأننا نخاف ارتكاب غلطة. وبعد بضعة أشهر عندما لا يحب الولد المدرسة التي اختارها، تقول له: «عفواً يابني. أنت اخترتها وعليك الآن البقاء فيها». وتنفض يديك من المسؤولية.

سنرى هنا صفة أخرى من صفات الأهل الطيعين الهلاميين: الجبن. الجبن يقود الأهل إلى التخلي عن مسؤولياتهم وإحالتها إلى الأولاد. إليكم مثال آخر:

> أوليفر في محل لاستئجار أفلام الفيديو. أراد أن يستأجر فيلماً من أفلام Halloween. قالت له أمه: «إنه مخصص للمراهقين وأنت في التاسعة فقط من العمر». لم يصرّ أوليفر على استئجاره بل بدأ يصرخ قائلاً إن جميع رفاقه قد شاهدوه وإن أهله لا يسمحان له بمشاهدته. وبسبب انزعاج الأم من هذا المشهد الذي قام به ابنها استأجرت له الفيلم ولكنها حذرته قائلة: «لا تتفوه بكلمة إذا لم تستطع النوم بسببه». لاحقاً عجز أوليفر عن النوم بسبب الفيلم وأصر أن تترك أمه أضواء الغرفة مضاءة في غرفة نومه. في الساعة الثالثة ليلاً جاء أوليفر إلى غرفة والديه قائلاً إنه يرى كوابيس. فقالت له أمه وهي تفسح له مجالاً لينام على سريرها: «قلت لك إن هذا ما سيحدث ولكنك لم تسمع الكلمة».

يتخلى الأهل المتساهلون عن مسؤولياتهم ويحيلونها إلى أولادهم تجنباً للصراع أو خوفاً من فرض سلطتهم والظهور بمظهر الأهل المتسلطين. هم يريدون إسعاد أولادهم وإمتاعهم ويخشون أن يفقدوا تعلّق أبنائهم بهم. يعتقدون أنهم ملزمون بالشرح المطول حتى يقنعوا أولادهم بتغيير رأيهم، ولكن ينتهي بهم الأمر بأن يتوسلوا إليهم وأن يبرموا معهم

الصفقات. الأمر واضح بالنسبة للولد: من هو المسؤول ومن يتخذ القرارات.

«يا تيم! الطقس بارد في الخارج. لذا عليك ألا ترتدي سروالاً قصيراً(شورت). ارتد بنطلوناً طويلاً وجاكيت». بعد ذلك نزلت الأم لتهيئ الفطور وفيما بعد يدخل تيم مرتدياً «شورت» وكنزة قطنية خفيفة. «اسمع. ستصاب بالإنفلونزا إن لم ترتد ثياباً تدفئك. أتذكر إلى أي درجة كنت مريضاً منذ أشهر قليلة وأنك كدت تصاب بذات الرئة. أتذكر ايضاً ما قاله الدكتور غرايفز...» وأكملت الأم شرحها الطويل وراحت في هذا الوقت تحاول الاتصال بالطبيب. ولكن لم يكن لدى تيم أقل نية في تغيير ثيابه. ولم يلبث أن أخذ البوظة من الثلاجة».

يظن الأب أو الأم المتساهلان أن اتخاذ القرار أشبه بالبطاطس الحارة التي تحرق اليدين. لذا تجد الواحد منهما يتخلى عن مسؤولياته في أول فرصة.

أرادت روبرتا ابنة الثلاثة عشر عاماً الذهاب إلى البحيرة. «من سيذهب غيرك؟» «الجميع يا بابا» «لا، أنا أقصد من الكبار. الأفضل أن تسألي أمك». تهرع روبرتا إلى غرفة الجلوس لتسأل أمها المنشغلة بكتابة رسالة: «أيمكنني الذهاب إلى البحيرة اليوم؟» «لا أعرف. أليست هذه البحيرة التي غرق فيها ذاك الولد العام الماضي؟ دعي والدك يقرر». تعود روبرتا إلى

والدها. «قالت ماما OK. لا مشكلة». يجيبها والدها بدون أن يزيح بصره عن التلفاز: «OK! ما دامت أمك موافقة فأنا موافق».

لا شك أن شجاراً سيقع لاحقاً بين الوالدين عندما سيكتشفان أن ابنتهما خدعتهما. ليست روبرتا غبية ولكن هل نلومها على استغلال الوالدين المترددين اللذين يلقي كل واحد منهما المسؤولية على الآخر لئلا يتحملا التبعة والعواقب لاحقاً؟.

أن نكون أهلاً فهذا يعني تحمل المسؤولية والتعرض لارتكاب الأغلاط.

فقدان الثقة بالنفس

منذ سنوات تلقيت هذه الرسالة:

سيدة باروسيو

أريد أن آخذ رأيك بما يلي:

ابني الوحيد البالغ من العمر أربع سنوات طلب مني أن أعطيه بيضة ليعتني بها. وضعت أنا وهو البيضة في وعاء كنا قد جعلناه يشبه عشاً. في وقت لاحق شاهده زوجي في غرفته جالساً على البيضة بدون سروال داخلي. لم أعرف ماذا أقول له وماذا أفعل، ضحك زوجي على ما رآه ولكنه كان حائراً. رحت أراقب البرامج التلفزيونية التي يحبها ابني وسألته عما يقومون به حالياً في المدرسة. وحينما سألت معلمته

ردّت المعلمة بحزم: «ليس هنا»، وحددت لي موعداً في الأسبوع المقبل في المدرسة. أما أمي التي جاءت تزورني فاقترحت عليّ أن أتكلم مع ابني شارحة له «أنه إنسان لا حيوان يبيض بيضاً، وأنه لا يقدر أن يجعل بيضة تفقس». أنا أقدِّر فعلاً مساعدتك

أم قلقة

اتخمتنا المعلومات الكثيرة بالشكوك. مجرّد اهتمامات طفولية بسيطة تحولت إلى لغز لا يمكن حله. إن تواصلنا فقط مع العقل وتجاهلنا لقلوبنا وتفكيرنا السليم جعلنا مشوشي الفكر وقلل من ثقتنا بأنفسنا كأهل، وبدل أن نجد حلولاً بسيطة للمشاكل اليومية فقدنا وشوّهنا قدرتنا على الإدراك في خضم رغبتنا في الكمال.

عندما نعطي الشكوك مساحة كبيرة في عقولنا، ينتهي بنا الأمر بتبديد شعورنا بالثقة بالنفس وبإقناع أنفسنا بالعجز وشلل إرادتنا.

الخوف من الخطأ: شلل الإرادة

إذا رغبنا بشدة في أن نكون أهلاً كاملي الصفات وتلقينا معلومات كثيرة،ثم أضفنا إليها جرعة كبيرة من الخوف من الفشل، مُنينا بالشلل: شلل الإرادة. نعم لا شك أن الأبوة والأمومة عمل مخيف. ألم تسمع بالمشاكل التي يعاني منها عدد كبير من الأولاد؟. لقد قلنا لأنفسنا: «أنا المرشد. . .

وإذا ضعت؟... وإذا أضعته؟... وإذا ضاع كلانا؟..»

يمكنني ارتكاب الغلط عندما أشتري غسالة أو زوجاً من الجوارب. ولكن أن ارتكب غلطاً بحق ولدي، فهذا شيء مختلف كل الاختلاف. نحن مثقلون بالمعلومات عما قد يسبب مشاكل للأولاد. ولكن بدل أن تجعلنا المعلومات أكثر حكمة، جاء التأثير معاكساً، مولداً فينا خوفاً شديداً من ارتكاب الغلط فكان أن شلنا ذلك وأقعدنا. والحقيقة أن هذا الشلل هو الذي يؤثّر في أولادنا كثيراً.

الخوف من ارتكاب الغلط مبرر والقلق من الخوف يدفعنا إلى التفكّر والتساؤل. ولكن إذا تركناه يستحوذ علينا، انتهى بنا الأمر بأن أصبحنا غير قادرين على الاستجابة لمطالب الأولاد. من الطبيعي عندما نتصرف أن نرتكب الأغلاط. ولكن إذا بقينا مشلولين، فالأمر الحتمي أن يتأثر الولد إذ سيكون عليه بسبب وجود أهل مشلولين أن يواجه العالم وحده.

دنيس في الحادية عشرة من عمرها وقد بدأ جسمها يشبّ. جاءت الخالة إنغرد لزيارتهم، فسألت أختها: «هل تكلمت مع دنيس عن العادة الشهرية؟». أجابت الأم: «اوه! لا! أنا محرجة كما أنني لا أعرف كيف أتكلم بالموضوع». قالت الخالة: «الأفضل أن تتحدثي إليها قبل أن تصاب بصدمة وهلع أو قبل أن تصغي إلى بعض المغالطات عن الموضوع من رفاقها. هناك كتب كثيرة تساعدك في هذا المجال. يمكنني أن أنصحك

ببعضها إذا أردت». ردت الأم بهدوء وبعدم اقتناع: «بالتأكيد». وعندما غادرت الأخت تجاهلت الأم النقاش بالكامل وواست نفسها مفكرة في أن المعلمات في المدرسة سيحدثنها عن هذا الموضوع وعلى كل حال لم تحدثها أمها عن هذا الموضوع في صغرها أيضاً.

يبدو أن هذا الشلل قد بات معدياً لأنه يصيب شريحة كبيرة من الناس: عندما تقع في حيرة، لا تقم بشيء.

أقامت عائلة كلارك حفلة للجيران في منزلهم وكان المجموع خمس عائلات.انشغلت الأمهات في تقديم الطعام بينما راح الآباء يحضرون الأشربة فيما راح الأولاد يلعبون حول بركة السباحة. قالت آن لصديقتها تريش: «الأولاد يرمون أشياء في البركة». ردّت تريش بدون أن ترفع عينيها عن الصحون التي توزعها: «الأولاد يبقون أولاداً». بعد عشر دقائق صرخ أحد الآباء: «هل أنتم مخبولون. كيف فعلتم هذا؟ لقد رمى الأولاد الدراجة والصحون في البركة».

عندما يرى الولد أن أهله لا يظهرون رد فعل على ما يقوم به. ماذا سيفعل؟ سيستغل الوضع للقيام بما يريد. وهنا تبدأ الحقبة الجديدة: الأولاد يتحكمون والأهل يطيعون.

تعابير يجب أن يكررها الأهل الذين يشعرون بالقلق

- أثق بحسي الداخلي فيما يتعلق بتربية أولادي
- أثق بقدرتي على تلبية حاجات ولدي

الخوف من خسارة حب أبنائهم

يسكن قلوب الأهل المتساهلين الخوف من خسارة حب أبنائهم لهم. في الأزمنة الماضية لم يعرف الأهل هذا الخوف فقد كانوا يعاقبون ويوبخون ويضربون أولادهم حتى ولكنهم لم يفكروا قط في احتمال أن يفقدوا حب أبنائهم لهم، وقد كان واضحاً لهم أن مهمتهم ليست تدليلهم أو إرضاءهم بل بناء شخصيتهم. ومع أن رؤيتهم عما تعنيه التربية كان محدوداً إلا أن مسألة أن يخسروا حب أبنائهم لهم أمر لم يكن يعذبهم.

كان الأولاد أولاداً وكان واجبهم أن يحترموا أهاليهم مهما كانوا طالحين أو صالحين. وهذا الحب هو أمر مسلّم به غير قابل للجدال.

يعيش الأهل في هذه الأيام واقعاً مختلفاً. يبدو أن لديهم فراغاً يجب أن يلبى بحب أبنائهم لهم. هذا النوع من الحب الملوّث بالخوف الذي يجعلهم اتكاليين وخائفين، يعيقهم ويجعلهم مترددين حينما يكون عليهم وضع حدود لطفلهم أو معارضته. باختصار نقول إن هذا النوع من الحب يضعفهم.

«أكرهك، أكرهك»، هذا ما قاله ابن الخمس سنوات صارخاً على أمه، ضارباً إياها بقبضتيه.. «رباه! اسمع يا أدي، ليس لدي المال لأشتريه..» « لقد قلت إني أكرهك ولن أحبك ثانية أبداً». حاولت الأم ووجهها غارق بالقلق أن تهدئ روعه قائلة: «اهدأ، لا تزعجني. أنا أحبك وسأحبك دائماً». صرخ أدي: «أنت لا تحبينني

أنا! أنا أكرهك»

جرته الأم إلى السيارة وقادت سيارتها باتجاه البنك لتسحب المال واستمرت في القول له إنها تحبه.

لو اتخذت هذه الأم دور الراشد في هذه المشكلة لفهمت أنه كان غاضباً بسبب عدم تلبية نزواته ولفهمت أيضاً أنه غضب مؤقت وأن حبه لها سرعان ما سيعود. ولو أنها بدل أن تذهب إلى المصرف، بقيت على حزمها وموقفها لتغير موقفه عندما سيكبر وإن كان في هذه اللحظات لن يقدِّر الأمر. في المستقبل سيفهم لماذا لم تخضع لنزواته. الحقيقة أن حب الأولاد لأهاليهم ينشأ عن الاحترام الذي يكنونّه لهم، وعن الاحترام الذي يستحقه الأهل من خلال الحزم والثبات على إيمانهم وقناعاتهم.

ولكن عندما تتصرف الأم كطفلة صغيرة وليس كامرأة راشدة، ستخاف أن يكون تهديد ابنها لها حقيقياً. لعل الطفل الداخلي الموجود فينا تأثر وبات يشعر، بسبب تهديد الطفل بالتوقف عن حبه، بأنه معرض للخطر. علينا أن نعترف بالطفل الداخلي ونفهم أن خوفنا يجعلنا عاجزين عن إعادته إلى مكانه كما علينا أن نرحب بالراشد الموجود في داخلنا.

يرافق الحب دوماً الخوف من الخسارة. وكلما عظم حبنا، زاد خوفنا من أن نفقد الشيء الذي نحبه. وكلما عظم الحب، كبر الخوف.

والسؤال هنا هل أسمح للخوف بأن يستولي على حياتي

وأن يلوّث الحب؟ هل أدع الحب يعيقني ويكبحني عندما أعرف أن عليّ أن أقول لا لابني أو عندما يكون عليّ وضع الحدود له أو عندما ينبغي عليّ أن أقف بحزم؟

ماذا علي أن أكون بالنسبة لطفلي: الراشد أم الطفل؟

ماذا اختار لمواجهة المراهق: الراشد أم المراهق؟

أمامنا خياران إما أن نتلقى من ابننا حباً قائماً على التلاعب وإما أن نتلقى حباً قائماً على الاحترام. الحب القائم على التلاعب مصدره الاتكالية والأنانية والشعور بالذنب والابتزاز أما الحب القائم على الاحترام فيأتي من المسؤولية والاستقامة. فما هو الأفضل؟

مثلث الحب الجديد: الأم والأب والشعور بالذنب

في عصر التساهل هذا، على الأهل التعامل مع عنصر جديد هو الشعور بالذنب. لقد أصبح الشعور بالذنب جزءاً من النظام العائلي، وبات يؤثر بعلاقتنا مع أولادنا.

* عندما يريد الأب أن يضع حداً للولد الذي يرمي الطعام، تجد الشعور بالذنب يتدخل وينصحه: «هو يلعب فقط. أتريد أن تسبب مواجهة معه؟».

* عندما تريد الأم إعطاء ابنتها البالغة من العمر 12 عاماً الإذن للقيام بشيء ما يبدو أن فيه مخاطرة، يهمس لها الشعور بالذنب: «أتريدين رؤيتها غاضبة ومنزعجة؟»

* عندما يريد والد أن يطلب من ابنه التوقف عن الصراخ

وإهانة الآخرين، يذكّره الشعور بالذنب: «إنه يعبّر عن نفسه. أتريد أن تقمعه؟»

ومتى بدأنا نرحب بالشعور بالذنب في منازلنا؟ عندما أدركنا أن مواقفنا قد تؤذي أولادنا، وعندما اكتشفنا أن الاستعجال لا يسمح لنا بالسهر على حاجاتهم وعندما تورطنا بأنشطة لا تسمح لنا بالتواجد معهم فعلياً. وعندما اكتشفنا أننا نعتقد أنهم في طليعة أولوياتنا فيما الواقع أنهم ليسوا كذلك البتة.

أقلّ أبو رالف ابنه البالغ من العمر 10 سنوات من منزل زوجته السابقة. قال له ابنه: «ما الأمر يا أبي؟ لقد تأخرت مجدداً؟ لماذا لم تأت الأسبوع الماضي؟ تقول أمي إنك لم تدفع للمدرسة؟». ضمّ الأب ابنه بدون أن ينظر في عينيه وسأله: «أين تريد أن تأكل»؟ «خذني إلى المول واشتر لي حذاء التنس الذي أريتك إياه سابقاً»

لقد كان في السيارة ثلاثة ركاب: الأب والابن والشعور بالذنب جالس بينهما. مما لاشك فيه أن أباه سيشتري له هذا الحذاء، فذاك سيسكت الشعور بالذنب لفترة زمنية بسيطة.

أتت الأم إلى المنزل حاملة أكياس البقالة. كانت مرهقة فوضعت الأكياس على طاولة المطبخ بتثاقل ورأت بطرف عينها أريكة غرفة الجلوس مكسوة ببقايا الطعام وقناني المشروبات الغازية والملابس المتروكة هنا وهناك. فصرخت: «يا أولاد، تعالوا نظفوا هذه الفوضى

في غرفة الجلوس». يتدخل هنا الشعور بالذنب ويهمس في أذنها: «لم تريهم طوال النهار وأول شيء تقومين به هو الصراخ» فتبدأ الأم بترتيب الغرفة بنفسها.

يستغل الشعور بالذنب الأهالي المتساهلين. فعندما يدركون ما الذي لم يقدموه لأبنائهم، يجتاح الشعور بالذنب حياتهم ويمنعهم من قول «لا» ومن وضع الحدود. علينا أن نذكرهم أن الشعور بالذنب غضب موجه ضد أنفسنا. الغضب يتحول إلى الشعور بالذنب لا إلى ندم وهذا ما يلمّح ضمناً لنا بأن علينا تحمُّل مسؤولية الوضع.

سيساعدك تكرار هذه العبارات على وضع مسافة بينك وبين الشعور بالذنب.

العبارات التي يجب أن يكررها الأهل الذين يجدون صعوبة في وضع الحدود

- الحدود التي أضعها لأبني تصب في مصلحته وفي مصلحتي
- أضع الحدود عندما أرى أن ذلك ضروري
- أتحمّل مسؤولية الحدود التي أضعها

الأهل المراهقون

أعرف أهالي يتباهون بأنهم أصدقاء لأبنائهم، نابذين بذلك دورهم كأهل في سبيل أن يصبحوا رفاقهم. ولأنهم يخافون

أن يظهروا بمظهر المتسلط أو المتزمت، يلبسون ويتصرفون كالمراهقين. هذا النوع من الأهل محبوبون من أصدقاء الولد لأنهم يتمنون لو أن لديهم أهلاً كهؤلاء. ولكن لو سألنا الأولاد رأيهم لقالوا إن أهلهم سخيفون.

«مرحباً جين! أهذه أمك؟ إنها لطيفة وتبدو فعلاً شابة صغيرة». ردت جين بانزعاج واضح وبدون أن ترفع بصرها: «نعم، هذه أمي. تعتقد أنها في السادسة عشرة من العمر وتلبس ملابسي وتعبث مع أصدقائي»

لا يريد المراهق أهلاً يتقنعون بقناع المراهق ويتنافسون معه ليروه من هو الأقل نضجاً. الواقع أن المراهق يحتاج إلى راشد يقوم بدوره بشكل جاد، ويرشده في أصعب سني نموه.

إذن لماذا نتمنى أن نكون أصدقاء ابننا فيما بمقدورنا أن نكون أهله؟ من بلغ منا مرحلة النضج يعرف كم مر عليه في حياته من أصدقاء. فغالباً ما نخلّف وراءنا صداقات عندما تتغير اهتماماتنا، كما أن هناك قلة قليلة من الأصدقاء يمكننا القول عنهم بإخلاص: «هي صديقتي الدائمة». أن تكون أماً أو أباً فهذا يعني أنك تشغل موقعاً مميزاً في حياة الولد، موقعاً فريداً. يمكننا أن نشغله بفخر عارفين أن هناك مسؤولية علينا أن نحققها. هناك معاني عديدة للأبوة والأمومة، من بينها: إرشاد ذريتنا منذ الولادة حتى النضج باحترام عميق. لا حاجة إلى أن نكون كاملين، إنما علينا أن نحاول بذل قصارى جهدنا لنكون أفضل أهل.

بمعنى آخر يمكننا القول إن الأهالي المتساهلين هم أهل:

* يخافون ارتكاب الأغلاط ويخافون أن يؤذوا أولادهم.
* يشعرون بالعجز عن مواجهة غضب أولادهم وخيبات آمالهم.
* يشعرون بأنهم غير واثقين من تربية أولادهم.

والنتيجة أنهم:

* يقللون المشاكل إلى أقصى حد.
* يتجنبون المشاكل في الدرجة الأولى.
* يعهدون المسؤوليات إلى الآخرين.
* يحبون أن يظهروا «عصريّين».
* يستسلمون لئلا يسببوا مشاكل وإزعاج.

العبارات التي على الأهل المتساهلين تكرارها

➢ لقد قررت ان أكون مسؤولاً عن تربية أولادي
➢ أقوم بخياراتي عن وعي من أجل وضع الحدود

المعلّم يفقد سلطته

قبل أقل من مئة سنة كان المعلّم يحتل مكانة اجتماعية تساوي في أهميتها مكانة القادة السياسيين والدينيين. وكانت لفظة معلم تُلفظ بفخر واحترام. وحينما كنا نشير إلى المعلم كانت نبرة صوت المتكلم تتغير لتصبح ملأى بالاحترام للشخص المشار إليه. كان للمعلم جلال ووقار.

أما اليوم فالأشياء تغيّرت. فالمعلم لا سيما في الروضات والمرحلة الابتدائية يشغل مكانة أقلّ المهن إيراداً مادياً وهو مؤشر إلى اعتبار الناس هذه المهنة مهنة غير ذات شأن. وبسبب تدني صورته الاجتماعية فقد المعلّم وقاره. ومن خلال تجربتي الشخصية، رأيت كيف أن المعلم يخضع نفسه للتلاميذ المتأثرين بالتساهل الأبوي. ومن خلال استرضاء الأولاد وتدليلهم، تضعف سلطة المعلم ويصبح مثلهم، ناعم، رقيق، متناقض مع نفسه: المعلم الطيّع الهلامي (marshmallow).

يعمل الأهل على حماية أولادهم عندما لا يقوم هؤلاء الأولاد بوظائفهم أو لا ينجزون واجباتهم ويتخذون لهم الأعذار إذا افتقروا إلى احترام زملائهم أو تجاهلوا المعلم عندما يناديهم مطالباً إياهم بالانتباه. وإذا وبخ المعلم التلميذ، يسارع إلى أهله شاكياً إياه فيأتون في اليوم التالي ويوبخون المعلم قائلين له إنه غير عادل وإنه يفتقر إلى التفهم ويهددونه بالشكوى عليه إلى المدير. تجنباً للصراع مع الأهل يعمل المعلم على عدم تأنيب هؤلاء التلاميذ مجدداً. يتخلى المعلم ويتوقف عن وضع الحدود مع العلم أنه يعرف أن وضع الحدود أمر ضروري.

قامت معلمة بمرافقة تلاميذ الصف السادس في رحلة ميدانية.

في الفندق اكتشفت المعلمة أن نانسي جلبت معها هاتفاً خليوياً. ذكرتها المعلمة بأن قواعد هذه الرحلة تنص على ألا يحمل أي تلميذ هاتفاً خليوياً وأن يتركوا

هواتفهم في المنزل فطلبت منها أن تسلمها الهاتف. راحت نانسي تصرخ عندما التف التلاميذ حولها. وعندما أصرت المعلمة على تسلم الهاتف تصاعد صراخ نانسي أكثر فأكثر وهي تحضن حقيبتها. عندئذ توقفت المعلمة عن الإصرار وذهب التلاميذ إلى غرفهم. في وقت لاحق رن تليفون المعلمة. لقد كانت المتصلة أم نانسي التي راحت تشكو من سوء معاملة المعلمة لابنتها. الذي حدث أن نانسي اتصلت بأمها من هاتفها الخليوي لتتهم المعلمة.

في السنة التالية مررت الأم رسالة تلوم فيها المعلمة على التسبب بضرر نفسي لابنتها.

بسبب دعم الأهل للولد، يكتسب الولد المزيد والمزيد من القوة فيما يُجرّد المعلمون من السلطة.

تجمّع الأهالي حول مدخل المدرسة ليناقشوا أمر رحلة التخييم التي ستنظم في نهاية العام. وفيما كانت المعلمة توزع الأوراق إلى بعض التلاميذ، علّقت إحدى الأمهات قائلة: «لا أعرف إن كان ابني غاس سيشارك بهذه الرحلة». سأل بعض الأهالي بدهشة: «لماذا؟». «لأنه يقول إنه لايثق بالمعلمتين اللتين ستذهبان فيها». المعلمة التي كانت حاضرة رفعت بصرها شاعرة أن التعليق موجه إليها. هنا علقت أم أخرى بالقول: «قولي له ألا يقلق. سيكون في رحلة التخييم مستشارون نفسانيون»

السؤال الذي علينا طرحه هنا: إذا كان التلميذ لا يثق

بمعلميه فهل على الأهل ألا يثقوا بهم أيضاً؟ الواقع أن مواقف الأهل تؤثر بأولادهم فإذا كان الولد يشكّك في معلمه والأهل لا يشكّكون فيه، فسيستطيعون أن يوجهوا التلميذ. ولكن إذا شكّك الولد به ودعمه الأهل في ذلك فأين يا ترى سينتهي الأمر بسلطة المعلم؟ وما الذي قد يتعلمه الولد من معلم لا يثق فيه؟ وعندما يسمع التلميذ الأهل يهينون المعلم وينعتونه بالغبي فأي احترام سيكنّه الولد للمعلم في اليوم التالي؟ حينما يفقد الأهل إيمانهم بالمعلم، يفضل أن يعملوا على تغيير المدرسة.

إذا ما قللنا من سلطة المعلم إلى أقصى حد، يتقوّض بشكل عام احترام الولد للسلطة. . عندما نعامل المعلمة كمربية أطفال مدفوعة الأجرة بحيث تنحصر وظيفتها في تقديم الطعام للولد وتسليته، يصبح الولد متكبراً، فظّاً، كثير السخرية. وعندئذ لا يعود المعلمون معلمين بل يصبحون مربّي ومربيات أطفال ويصبحون أشخاصاً محاسبين من قبل التلاميذ.

ولكن الأساتذة لعبوا دورهم في هذا الانحراف. فنحن نخلق واقعنا من خلال معتقداتنا ومواقفنا وخياراتنا أو بشكل غير مباشر من خلال السماح لبعض الأوضاع بالحدوث. الأساتذة أشبه بتلك المرأة الضحية التي يسيء إليها زوجها ومع ذلك تنكر اتكاليتها وتماهيها مع الوضع. احياناً يضع الأساتذة اللوم على المجتمع بسبب الوضع غير العادل الذي يواجهونه ولا يدركون أنهم يلعبون دوراً في ما أصبحوا عليه. المعلم الذي يسمح بمثل هذه المعاملة السيئة أو المذلة يجرح

ثقته بنفسه ويفقد التواصل مع جوهر مهنته فتكون النتيجة أن يتحول عمله إلى مهمّة روتينية، خالية من أية حماس أو تفان. وينسى أن مهنته هي أسمى مهنة: تعليم الولد وتربيته حتى يطور قدراته كإنسان فيصبح مواطناً. وينسى أن مواقفه وتعاليمه تنطبع في روح الولد وتؤثر في سنوات نشأته. وعندما لا يقدر المعلم على رؤية السبب من وراء قيامه بالتعليم، يتجرّد من الوقار ويتوقف عن التربية ويتحول إلى التعليم فحسب. ويصبح بالتحديد ما يسعى إليه بعض الأهل: ناقلاً للمعلومات وبوّاباً (ناطوراً) للتلاميذ.

حينما يسترد المعلم مغزى مهنته وقيمتها ويدرك أهمية دوره سيستجيب المجتمع.

العبارات التي على المعلمين تكرارها

- قررت أن أتحمل مسؤوليتي كأستاذ
- سأتولى مهنتي بوقار ومسؤولية وحماس
- أستمتع بأن أكون ملهم تلاميذي
- أنشر تعليمي بحماس وسرور
- قررت أن أعلم تلاميذي باحترام عميق
- أنا أستحق، كوني معلماً متفانياً، أن يحترمني تلاميذي
- الحدود التي أضعها لتلاميذي تصب في خانة مصلحتهم ومصلحتي
- أملك القدرة والقوة لوضع الحدود لتلاميذي

الفصل الرابع

الطفل المتطلب

دعونا ندرس شخصية أولاد الأهل المتسامحين. قد يفكر الشخص منا أن الأولاد الذين يحصلون على كل شيء هم أولاد سعداء، راضون، شاكرو النعمة. ولكننا في الواقع نجد أنفسنا نواجه واقعاً حزيناً يدل على أن الحالة ليست كذلك. فأولاد الأهل المتسامحون هم أولاد متطلبون، أنانيون، غير راضين، ينمون بدون تنظيم. قدرتهم على التحمل ضعيفة، لذا تجدهم يحبطون بسرعة، لايتحملون أن يعترضهم شيء ويريدون دوماً أن يقوموا بكل شيء على طريقتهم بدون إظهار أي مراعاة لمشاعر الآخرين. يعتقدون أن العالم يدور حولهم وحول رغباتهم واهتماماتهم. إنهم أنانيون، غير محبين.

عارض «الولد المدلل»

إن أولاداً كهؤلاء ممن أسميهم «الأولاد المدللين»، يعانون من مرض يصعب أن يكتشفه أهل الولد المصاب ولكن من السهل أن يتعرفوا إلى العوارض عند أولاد الآخرين. إذا كنا معصبي العينين ووقفنا أمام صورة على مسافة قريبة جداً

ومن ثم أزلنا العصبة عن عينينا ونظرنا إلى الصورة فالذي يحدث أننا سنرى فقط نقاطاً ولن نتعرف إلى تفاصيل الصورة ولكن إذا تراجعنا ثلاث خطوات فسيمكننا عندها أن نحدد موضوع الصورة وتفاصيلها.

كذلك هو الحال مع أولادنا، فلأننا ننظر إلى أولادنا عن قرب، فغالباً ما نكون غير قادرين على معرفة طبيعة مشاكلهم. ولكن مع الأولاد الآخرين ممن لا يكون لدينا معهم ارتباط عاطفي، أو ممن نبقي بيننا وبينهم مسافة عاطفية، يمكننا أن نقوّم وضعهم بشكل موضوعي.

قال أحدهم مازحاً:

«الحل للتخلص من الأولاد المدللين في العالم هو أن نتبادل أولادنا. فنحن جميعاً نعرف كيف يجب تربية ابن الجيران».

فكر في النماذج التالية:

مرحباً! لا أعرف ماذا أفعل بشأن «بيث» لأنني لم أجد لها جليسة أطفال اليوم، اضطررت إلى أخذها معي إلى البنك. لو رأيت نوبة الغضب التي أظهرتها لأصبت بالذهول. بعد ذلك ذهبنا إلى السوبرماركت وهناك اشتريت لها علبة آيس كريم وبعض أقلام الشمع الملونة ولكنها غضبت لأنني لم اشتر لها العلبة الكبيرة.

قالت المرأة الأخرى للأم: «تعرفين أنها مدللة». نظرت الأم إلى صديقتها بدهشة: «مدللة! أحقاً تظنين أنها مدللة»؟

لم تدّعِ أم بيث الحيرة، إذ لم يخطر على بالها أبداً أن ابنتها تعانيِ من الدلال. عندما يكتشف الأهل أن ولدهم مدلل فذلك يعني أنهم فشلوا في التربية كأهل. مع أننا قد نقول إن تدليل الولد بالنسبة لبعض الأهل باعث فخر واعتزاز.

دعت سامنتا صديقتين من صديقاتها إلى فنجان شاي. كانت توشك على تقديم الكايك عندما هرعت «تايمي» ابنة الأربع سنوات راكضة من الخارج فكادت توقع طبق الكايك. وراحت صديقتا سامنتا تراقبان تايمي بذعر وهما تريانها تغرز أصابعها الوسخة في الكريما التي تغطي الكايك. «لا، يا تايمي. الكايك لضيوفي». لاحقاً بعدما لعقت الكريما عن أصابعها أخذت تدير إصبعها على حافة الطبق لتصل إلى الكريما. «حبيبتي، لن ترغب ضيفتاي في تناول كايك تلمسينه. تعالي حتى أقدّم لك قطعة».

جلست تايمي على الصوفا فيما راحت الصديقتان تتزحزحان لتجنب يديها المتسختين. بعد ذلك جلست تايمي على الأرض وأكلت قطعة الكايك وكان أن أسقطت الفتات والكريما على كل شيء. عندما ذهبت أخيراً إلى غرفتها قالت الأم بفخر: «لقد قيل لي إني أفسدتها بدلالي إنما لأنها ابنتي لا يسعني إلا أن أدللها. أريد أن أفرح قلبها بقدر ما يمكنني». تبادلت المرأتان النظرات وراحتا تأكلان بصمت.

لأن هذا المرض يصيب أولاد الأهالي المتسامحين، المتساهلين، وإن بدرجات مختلفة، سنجيد مراجعة العوارض بدقة.

عوارض الولد المدلل

مع أنك قد تعتقد أن ابنك لا يعاني من هذا العارض، إلا أننا ننصحك بإلقاء نظرة على اللائحة التالية:

* **أناني ومتطلب**. يريد هذا الولد دائماً أن يكون أهم من أي شخص آخر. هو الشخص الوحيد الهام، يشعر بأنه يتفوق على الآخرين وتراه غير صبور لا يريد أن يتشارك شيء مع الآخرين.

  «معلمتي، لا تحبني» هذا ما قاله تومي لأمه وقت انصرافه في أحد الأيام من المدرسة. «هي لا تسألني ولا تكلمني. إنها لا تركز انتباهها إلا على غيري من الأولاد».

  قطبت الأم جبينها وأخذت تبحث عن المعلمة في أرجاء الملعب. الذي حدث أن تلك المعلمة رأت الأم فحاولت أن تختبئ وقالت وهي تصر أسنانها لزميلتها: «آه، لا. ها هي أم تومي قادمة تريد مجدداً أن تتهمني بأنني لا أهتم بابنها. ألا تدرك أن في صفي 25 تلميذاً وأن ابنها ليس التلميذ الوحيد عندي؟ عليها أن تجعل البيت مدرسة له فتدرسه فيه»

* **مزاجي**. يريد ولد كهذا أن تلبى نزواته فوراً بدون أخذ

رغبات الآخرين بعين الاعتبار. وعندما لا يشبع رغباته يغضب ويصبح وقحاً ويصاب بنوبات من الغضب المستعر.

ذهبت أم إلى السوبرماركت مع ابنها أندي البالغ من العمر ثلاث سنوات. حينما مرا بقسم الألعاب، أخذ يرجوها حتى تشتري له لعبة من الألعاب التي تمثل شكلاً لأحد الأبطال. استسلمت الأم وراح أندي يلعب باللعبة بينما كانت أمه تشتري الخضار. عندما وصلا إلى طاولات الدفع، ركض أندي وأمسك بثلاثة ألعاب. أخذتها أمه منه وقالت إنه ليس لديها مال إلا للعبة واحدة. بدأ أندي بالصراخ ورمى بنفسه أرضاً. فانزعجت الأم وسحبت بطاقة الدفع المسبق وقصدت طاولات الدفع. توقف أندي عن البكاء وهو يتأمل ألعابه الجديدة بسرور.

* **بغيض**. صعب المراس، مدلل، يُتعب كل من حوله، ويرهقهم ويجعلهم يقرفون حياتهم ولكن الأهل غافلين عن رؤية هذه الصفات فيه.

لأن عم برونو وعمته سافرا إلى هوستون ليحضرا حفل زواج، ذهب برونو إلى المطار مع ابنيه لملاقاتهما. بعدما تم وضع الحقائب في السيارة وأخذ كل واحد مكانه في السيارة، قرر بيلي ابن الخمس سنوات أنه لا يريد الصعود إلى السيارة. حاول برونو بصبر وأناة إقناع ابنه: «هيا يا بيلي! العم كارل والعمة

برث يشعران بالحر فالحرارة عالية جداً. هيا كن عاقلاً. سيصابان بالتجفاف، أضف إلى ذلك أنهما قطعا رحلة طويلة».

تبادل العم والعمة النظرات محاولين إخفاء دهشتهما وانزعاجهما وغضبهما. بعد خمس دقائق من التفاوض قدّم أخيراً الطفل لهما «معروفاً» وركب السيارة. في طريق العودة إلى البيت طلبت العمة المرور بالمول لتشتري هدية للعريس والعروس. قصد برونو وابنه قسم الألعاب لقضاء الوقت فيما ضيوفهما يتسوقان. بعدما اشترى العم والعمة هدية الزواج جاءا إلى قسم الألعاب لملاقاتهما ولكن بيلي لم يشأ المغادرة. وعادت المفاوضات من جديد: «يا بني علينا الذهاب إلى البيت لئلا نتأخر عن حفلة العرس. أعدك بالعودة إلى هنا غداً وسأتركك تلعب قدر ما تشاء».

بعد 15 دقيقة من محاولات الإقناع اقترب العم قائلاً: «سنتركك». رد الطفل بهدوء: «لا، لن تتركوني»

علّق العم لاحقاً عندما أصبحا بعيداً عن مرمى السمع: «الغيهم من لائحتنا. ابن أخي شخص لطيف ولكني لا أريد رؤيته حتى يتزوج ذاك الطفل في المستقبل»

* **يجد صعوبة في التعامل مع الآخرين.** لا يلعب أولاد كهؤلاء بسهولة مع الآخرين، فهم يغضبون ويتوقفون عن اللعب عندما لا يقوم الأولاد بما يريدون وينزعجون كثيراً حينما يخسرون.

كانت معلمة الصف الثاني الابتدائي تتحدث مع ماتي وإيفانا: «كايمي تبكي لأنكما لا تريدان اللعب معها. رجاء أخبرانا ما الذي يجري؟»

اختلست الطفلتان النظر وبدأتا تتكلمان بنفس الوقت. «واحدة، واحدة. لا تتكلما دفعة واحدة. رجاء قولا لي لماذا لا تريدان أن تلعب كايمي معكما؟ تقول أمها إنه ليس لدى كايمي أصدقاء وإنها لا تريد المجيء إلى المدرسة». ردّت ماتي: «لأنها متكبرة» وأضافت إيفانا: «وإذا لم ننفذ ما تريد، تغضب كما أنها تريد دوماً أن تكون الرئيس»

* **حسود ولا يشبع**. إن هذا النوع من الأولاد غيورون، يجدون صعوبة في المشاركة. يريدون دائماً المزيد وكأن لا شيء يكفيهم أبداً. والغريب أنه كلما حاول الأهل إفراح قلوبهم وكلما حاولوا شراء الأشياء لهم، ازداد شعورهم بعدم السعادة.

إنه عيد الميلاد. تجمعت العائلة حول الشجرة ليروا الأولاد وهم يفتحون هداياهم.فتح أرتشي ابن الست سنوات هديته فإذا هي لعبة أرنوب كان يريده. نظر ابن عمه توم إليه بحسد علماً أن ذراعيه مليئتان بالألعاب وقال له: «بعني الأرنوب. سأشتريه منك». قال أرتشي: «لا، إنه لي» وأخرج الأرنوب إلى الخارج. بعد ساعة، خرج توم وعندما لم يجد هناك من يراه تبوّل

على الأرنوب. وحينما اتهمه أرتشي بأنه الفاعل قامت أم توم بالدفاع عن ابنها.

* **متقلب المزاج، لا يتواصل مع غيره.** مع أن أهله يحاولون تلبية رغباته، يجد غالباً سبباً ليكون غاضباً وفي مزاج سيء. وكلما أعطيته المزيد، ازداد تصرفه سوءاً. يقع الأهل في فخ الاعتقاد بأنهم عندما يقدرون على إشباع رغباته، فسيشعر الطفل أخيراً بالسعادة.

  كانت ماري جاين في غرفتها عندما وصلت عمتها نعومي وبعد وقت طويل من الطرق على الباب فتحت ماري جاين الباب لها: «ما الأمر؟ اعتقدت أنك تحبين الذهاب إلى ديزني لاند مع أقاربك». «لا أريد أن أتشارك غرفة الفندق مع جاسيكا، فأنا لا أحبها». جلست العمة على سرير ماري جاين وقالت بصوت هادئ: «تذكري أنك ستكونين طوال الوقت في مدينة الملاهي وأنك لن تكوني في الفندق إلا وقت النوم فقط». «لا يهمني، لا أريد أن أنام معها. إما أن أحصل على غرفة لي وحدي وإما لن أذهب».

عندما عادت العمة إلى غرفة الجلوس، سمعت أم ماري جاين تتصل بالفندق لتحجز غرفة خاصة لابنتها.

* **كسول.** يعتمد على الآخرين ليقوموا نيابة عنه بكل شيء. تعوّد هؤلاء الشباب الصغار على أن يتلقوا لا أن يعطوا. الراشدون المتهاونون الموجودون في البيت مستعدون دائماً لخدمتهم. ولكن عندما يتواجدون خارج البيت

يجدون صعوبة في التكيّف والتأقلم اجتماعياً، لأنهم لا يفهمون لماذا لا يملكون ذات الامتيازات التي يمتلكونها في البيت.

اجتمعت العائلة لتناول غداء الميلاد. سارعت النسوة إلى تنظيم آخر التحضيرات بعدما عملن جاهدات لعدة أيام في تحضير الأطباق التقليدية. قامت المضيفة بتحضير الأشربة فيما أنهت الجدة تحضير الطاولة. عندما أصبح كل شيء جاهزاً نادوا الأولاد الذين كانوا يلعبون في الباحة خارجاً وأيقظوا الكس ابن السادسة عشرة الذي بقي سهران طوال الليل لأنه كان في حفلة. بعد الغداء طلبت الأم من ألكس أن ينظف الطاولة. فتذمر قائلاً: «لماذا عليّ دائماً أن أقوم بكل شيء».

أيمكن أن يكون القول السائد: «**الأهالي مشغولون والأولاد هم التعبون**» صحيحاً؟

* **لا مبال**. يهتم بالأشياء للحظات قليلة. سرعان ما يضجر هذا النوع من الأولاد. ففي لحظة يطلبون شيئاً وفي الثانية يطلبون شيئاً آخر، دون أن يشعروا بالشغف والحماسة لأي شيء من الأشياء التي يطلبونها.

صابرينا في الصف السادس في حصة الفنون. سلمت المعلمة طلابها صناديق صغيرة لتزيينها بالخرز وتقديمها لأمهاتهم بمناسبة عيد الأم. بدأت صابرينا تضع الغراء على الخرز ولكنها بعد عشر دقائق ضجرت فطلبت من المعلمة الإذن للقيام بشيء آخر

لآنها لم تعد راغبة في تزيين الصندوق.ولكن المعلمة شرحت لها بأنها لن تعطيها صندوقاً آخر وأن عليها إنهاء مشروعها. أزالت صابرينا الخرز بغضب وطلبت خرزاً جديداً غير هذا. أصرت المعلمة بأن عليها أن تزيل الغراء عن الخرزات وأن تعيد استخدامها من جديد. رجعت صابرينا إلى طاولتها وقالت لصديقاتها بأن المعلمة غبية وأنها تنوي أن تطلب من والدها أن يطردها. عقدت ذراعيها وظلت تشكو بينما باقي التلاميذ يعملون على إنهاء مشاريعهم.

لقد وضعت صفة «اللامبالي» في نهاية اللائحة، ليس لأنها الأقل أهمية بل على العكس هي عارض يجدر بنا النظر إليه عن كثب. نعتقد أن الكره هو نقيض الحب ولكن الواقع أن الحالة ليست كذلك. الحب والكره شعوران قويان جداً. عندما نقدر أن نحب، نقدر أيضاً أن نكره. الكره يعني فقط أننا نقدر أن نحب أيضاً. الشعوران هما قطبان مختلفان ولكنهما ينتميان إلى ذات التصنيف.

الشخص اللامبالي هو شخص لا يتواصل مع مشاعره. وهو إلى ذلك لا مبال في الحياة، يقطن في موطن، فيه الحب منفي والحماس غير معروف. لا شيء جدير بجهده. . . .

«ألف Alf» في العشرين من العمر. إنه يعيش في شقة في باريس منذ ستة أشهر. لقد قرر والده أن يسفّره عبر البحار ليدرس الفرنسية، وكان قد عرض أن يدفع رسوم التعليم لأي كلية في العالم. المشكلة أن «ألف»

غير مهتم إلا بمشاهدة التلفزيون وبعدم القيام بأي شيء.عندما كان بعض رفاق «ألف» من الثانوية يقومون بسياحة في أوروبا، اتصلوا بالأب فدعاهم لقضاء عدة أيام مع ألف على أمل أن يحثوه على السفر أو الدراسة. في الأسبوع التالي اكتشف الأب أن ابنه لم يحضرحتى صفوف الفرنسية التي سجله فيها».

اللامبالاة: مرض العصر

ما الذي ينتظر الإنسانية إذا وصل الأولاد إلى سن المراهقة وسن الرشد وهم غارقون في اللامبالاة، لا يسعون إلا إلى دروب الراحة المفرطة واللامقاومة، مفتقرين إلى الطموحات التي تحفزهم على النمو والتغلب على العوائق والمساهمة في المجتمع الذي ينتمون إليه؟ إذا كان مفهومهم للحياة يعني تعاطي المخدرات ومعاقرة الكحول أو ركوب المخاطر من أجل الحصول على شحنة من الأدرينالين لتذكيرهم بأنهم ما يزالون على قيد الحياة، فمستقبل العالم في خطر. فهؤلاء الأولاد اللامبالون هم رجال المستقبل.

ما الذي يؤدي إلى اللامبالاة؟

تنشأ اللامبالاة كدفاع ضد التحفيز وما يثير الانتباه. فالطفل الذي عليه منذ نعومة أظافره أن يتأقلم مع البيئة المشبعة بالضجة والمحفزات البصرية والتغير الدائم سيعوض عبر بناء حاجز واق.

كنت شاهدة على المشهد التالي في حفل زواج صديقة من صديقاتي. قدّمت المأدبة وقت الظهر في قاعة ضخمة تتسع لأكثر من 600 ضيف. عزفت الفرقة الموسيقية الموسيقى بأسلوب هذا العصر، وكان يصعب على الضيوف التحادث بسبب الصوت العالي. كان بين الضيوف أم تحمل طفلة عمرها تسعة أشهر، كانت أيادي الأقارب تتناقلها من يد إلى يد لأن جميعهم كانوا يرغبون أن يحملوها. أحياناً كانت تضحك وأحياناً كانت تبكي باحثة بإحباط عن أمها، ولكن لم يكد صراخها يُسمع في هذه المعمعمة. وعندما تعبت، غرقت أخيراً في النوم بين ذراعي أحد الأقارب الذي وضعها على بعض المعاطف التي فرشها على الأرض قرب الحائط. وهكذا أخذت تفيق وتنام حتى الرابعة فجراً وقت انتهاء الحفلة.

وفيما كنا ننتظر السيارات سمعت الأم تشرح بفخر لصديقتها: «أرأيت مدى سعادة صغيرتي؟ لقد حضرت طفلتي حفلة راقصة»

أنا متأكدة، لو أن هذه الطفلة كانت قادرة على الكلام، للعنت أمها. الراشد الذي يريد الاستمتاع ينسى أحياناً حاجة طفله الذي عليه أن يبذل جهداً جباراً ليتكيّف مع الوضع. لو تذكرنا مدى الضجيج الذي على من يعيش منا في المدينة التعامل معه، لاستطعنا أن نتصور التغييرات والتحولات الضخمة التي على الصغير التعامل معها ليستطيع البقاء على

قيد الحياة. في أي لحظة من اللحظات قد ترى الأب يشاهد الأخبار على التلفزيون والمراهق يغني وهو رافع صوت الراديو على مداه، والأم تشغّل الخلّاط الكهربائي في المطبخ وهي تهاتف أحداً ما، والولد الصغير يلعب مع رفيقه لعبة الإطفاء وصوت الصفارة تعلو مدوية. وفوق ذلك كله، تكون النوافذ مفتوحة والضجة آتية من الشارع.

عندما يعيش الطفل في بيئة مشبعة بالتحفيزات والأمور المثيرة للانتباه، سيحاول التقليل من إدراكه الحسي لحماية نفسه من هذا الواقع الذي يجعله متحجر القلب. وبعدئذ يصبح لامبالياً أي أنه يقرب نفسه من الحياة السلبية وأيضاً من الحياة الإيجابية بدون أن يميّز بينهما.

يساهم التلفزيون وحده بتحفيز كبير ففي بعض المنازل لا يطفأ هذا الجهاز لحظة. يصبح التلفزيون قريباً لا يسكت أبداً ولكنه بالنسبة للبعض هو أفضل من البقاء وحيداً. والذي يحدث أنه يصبح رفيقاً لا يعرف ولا يهتم بشيء يتعلق بآرائنا. إنه الضجة الحاضرة دائماً التي لا نستطيع العيش بدونها. والطفل، في هذه الحالة، ينشأ وهو نصف منوّم مغناطيسياً أمام هذا الجهاز أما أحلامه فيتسرّب إليها عدد كبير من صور شاشة التلفزيون هذا.

*** تأمين أشياء كثيرة للطفل**

الطريقة الأخرى التي تزيد من تحفيز الطفل أو المراهق فتجعله لا مبالياً، هي إعطاؤه أشياء كثيرة.

عندما يكون الطفل صغيراً ونريد أن نريه مدى حبنا له، غالباً ما نسمح لأنفسنا بأن تقنعنا الدعايات التي تدّعي أن الأبوة والأمومة الجيدة تعني شراء ألعاب كثيرة للطفل. ولكن شيئاً فشيئاً تمتلئ غرفته بالألعاب حتى تصبح كمحل لبيع الألعاب. والنتيجة الطبيعية لهذا هي أن يصبح اللعب بالنسبة للطفل هو أن يرمي كل ألعابه على الأرض وأن يدوسها قائلاً إنه ضجران. وبسبب وجود هذا الكم من الألعاب، لن يستطيع أن يركز اهتمامه فتكون النتيجة أن تقوم آلية الدفاع عنده بتجاهل كل شيء. فتتخدر حواسه لأنه أصبح لامبالياً لا يحب شيئاً و لا يجذبه شيء.

لهذا السبب يكون الأولاد الذي يملكون أكثر الأشياء، أكثرهم شعوراً بالملل والضجر. قد يكون منافياً للمنطق القول إن الأولاد الذين يملكون محلاً كاملاً للألعاب في منازلهم هم الذين يشتكون من عدم وجود شيء يقومون به.. عندما كنت صغيرة لم يكن في قاموسي وجود لكلمة «ملل». كان الأولاد يتلقون الهدايا في عيد الميلاد وأعياد ميلادهم ومع ذلك لم يكونوا يملّون لأن اللعب بحد ذاته هو عملية خلّاقة يشارك فيها الطفل بحيوية، غير منتظر أن يأتيه شيء يسليه.

كان الأولاد يخترعون جميع أنواع الألعاب بأبسط الأشياء كالحجارة أو العصي التي كانوا يلتقطونها من الباحات والساحات. وكانوا يرتدون الثياب القديمة أو ثياب أهلهم ويبنون المنازل الوهمية والمراكب من البطانيات والوسائد الموجودة في غرفة الجلوس. كانت مخيلة الولد هي التي

تحدّد مقدار المرح الذي سيحصل عليه.

في تلك الأيام عندما كان الولد يضجر، كان يعرف أن لا فائدة من الشكوى لأمه لأن المشكلة ليست مشكلتها بل مشكلته. ولم يكن هناك أهل يشعرون بالذنب إذا كان ابنهم ضجراً.

> **إنه يوم الميلاد. الراشدون جالسون أمام الشجرة يشربون العصير ويراقبون أولادهم كيف يلعبون بالألعاب. سألت إحدى الأمهات زوجها: «أرأيت «بيت»؟ لو كنت أعرف لأعطيته صندوقاً كرتونياً بدل تلك اللعبة الغالية الثمن التي اشتريناها. إنه يلعب بذاك الصندوق منذ ساعة وانظر مدى سروره به».**

كلما كانت اللعبة متقنة، قلّ تنبيه المخيلة والإبداع. نحن نتأثر بالتفاصيل المعقدة ولكن الحقيقة أنها لا تعطي إلا فرصاً قليلة للطفل ليصنع ألعابه الخاصة ولينوّع ويخترع أشياء ممكنة والنتيجة أن ينتهي به الأمر بالشعور بالملل بسرعة من ألعاب كهذه. أذكر مرة أن ولداً من أولادي ادخر ماله عدة أشهر ليستطيع شراء سيارة سباق يمكن التحكم بها بجهاز التحكم عن بعد. عندما أصبحت أخيراً بين يديه كان متحمساً جداً. أذكر أنه لعب بها لأيام معدودة وبعد ذلك وضعها في خزانته حيث بقيت فيها لسنوات حتى قرر يوماً أن يتخلص منها.

حتى ننصف هذا الموضوع علينا أن نضيف أن عدداً كبيراً من الأولاد اليوم يعيشون في وحدة، ساكنين في الشقق والمنازل حيث لا يقدرون على اللعب مع أولاد الجيران.

أضف إلى ذلك أن العائلة أصبحت أصغر من حيث عدد الأفراد وهذا ما يحدّ من فرص مشاركتهم بنشاط جماعي. أذكر أن ابني غالباً ما كان يشكو من عدم وجود إلا أخ واحد له وكان يقول: «**لا يمكنني أن أغضب منه لأنني إذا فعلت فمن سيلعب معي؟**»

إذن الحل ألا نشتري المزيد من الألعاب وألا يعمل الأهل على تسلية أولادهم. فالطفل بحاجة أن يتعلم إنشاء علاقة مع الآخرين في بيئة يتواجد فيها عدد كبير من الأولاد من مختلف الأعمار ولكن عليه أن يتعلم أيضاً أن يكون وحيداً وأن يسلي نفسه. ونحن بحاجة إلى التغلب على خوفنا من كلمة «ملل». إذا شعر الولد بالملل، فواجبه أن يكتشف اهتمامات جديدة. وإذا لم نلهه بالتلفزيون فسيكون على الطفل تشغيل مخيلته للتخلص من الملل. فإذا سمحنا له فقد ينبثق من التفاعل السلبي شيء إيجابي.

الإفراط في تقديم الأشياء للطفل يعني شراء عدد كبير من الألعاب له؛ وللمراهق يعني شراء ملابس كثيرة وساعات يد وسيارات وسال..

لماذا نقع في فخ الوقوع في الرغبة بإعطائه كل شيء؟

* **بسبب الشعور بالذنب**

لقد أشرنا في الفصل الثاني كانا تحت عنوان «الطفل يجتاح مكان الراشد» أن الشعور بالذنب هو مرشد سيء جداً.

فعندما يطلب الطفل شيئاً، يهمس الشعور بالذنب في آذاننا: «ماذا؟ كيف تفكر في عدم شراء ذاك الشيء له بعدما كنت بعيداً عنه طوال الاسبوع؟»، فنخفض رؤوسنا وينتهي بنا الأمر بأن نشتري شيئاً لا يحتاجه الطفل أو لا يناسبه.

عندما لا نعطي الولد ما يكفي من انتباهنا، يجعلنا الشعور بالذنب نشعر بالتشوش والقلق. لذا قد تكون رغبتنا في تلبية جميع رغباته بشراء كل الأشياء له، قوية جداً. وحينما يتعلم الأولاد والمراهقون كيف يتلاعبون بالراشدين للحصول على ما يريدون، ينتهون بأن يصبحوا استبداديين.

*** لأن الواحد منا يريد أن يكون شخصاً «لطيفاً»**

من الأسهل أن نقول نعم على أن نقول «لا». الـ«نعم» ممتعة ومساعدة وملائمة أما الـ«لا» فقد تكون جدلية وقاسية وعدائية حتى. لأننا كأهل نحتاج كثيراً إلى الشعور بأن أولادنا يحبوننا ويقبلوننا، نعمد إلى الابتسام زارعين كلمة «نعم» على شفاهنا ساعين إلى محو «لا» من قاموسنا. لذا عندما يطلب الولد منا ساعة غالية الثمن نقول له «نعم» حتى لو كان ذلك يعني أن نضطر للاستدانة حتى نؤمنها له. وعندما يكون لديه رحلة ميدانية ويرغب أن يأخذ مبلغاً من المال أكبر من المبلغ الذي يأخذه أصدقاءه، نعطيه إياه.

بهذه الطريقة نتجنب الجدال والصراع وتمضي الحياة براحة.

ولكن للراحة ثمناً، أشبه بالتأثيرات السلبية الثانوية التي

يخلفها الدواء الذي نأخذه لنشفى من مشكلة ما. تجنباً للصراع، يصبح ابننا أكثر تطلباً وتقلباً.

* **لنملأ فراغاً عاطفياً**

لأننا عشنا في طفولتنا حياة فيها حرمان، ترانا نذهب إلى النقيض، فنحاول التأكد من عدم حرمان ابننا من أي شيء.

«ماكس، أتلك الساعة التي يضعها ابنك ماركتها Rolex»؟ هذا ما سأل الجار جاره ماكس الذي أجاب بفخر واضح: «بالتأكيد». «ألا تظن أن من الكثير بل الخطر أن يحصل ولد في الثانية عشرة من عمره على ساعة غالية كهذه؟ لم أر أحداً من رفاقه يضع واحدة مثلها». أجاب ماكس وهو مستمتع بكل كلمة يقولها: «ولكني أستطيع أن أدفع ثمنها».

لدى ماكس فراغ عاطفي يحاول التعويض عنه بتمييز نفسه بأملاكه ومقتنياته التي تعطيه قيمة معتقداً «أنه كلما امتلك أشياء، ازدادت قيمته». وإذا كان أولادي امتداد لي فهذا يعني أن عليّ أن أجعلهم يحصلون على كل شيء. إن حاجته إلى التباهي تجعله لا يفكر في العواقب التي قد يعاني منها ابنه أو فيما إذا كان من المناسب أو غير المناسب أن يبرز ابنه شيئاً باهظ الثمن كهذا في المدرسة كما تعميه رغبته في أن يحسده الناس على ما يملكه.

* **للتعويض عن الشعور بأن حبي غير كاف**

لماذا نشعر بأن حبنا غير كاف فيما هو كل شيء بالنسبة لابننا؟

طالما أن هذا الحب هو أهم طعام لروحه فلماذا يعتقد الشخص منا بأنه غير جيد وكاف؟لماذ نقنع أنفسنا بإيجاد بديل له؟

عندما تسمع وترى في الدعاية أن عليك أن تظهر حبك لطفلك عبر شراء كل شيء له، فتوقف واعلم أنهم يتلاعبون بك لتشتري هذا المنتج غير عابثين بابنك فهم لا يريدون إلا المال. لسنا بحاجة لشراء شيء لنظهر حبنا لأولادنا، لأن الحب بحد ذاته كاف لهم.

كرر العبارة التالية:

«حبي لابني هو أحلى هدية قد أقدّمها له وهو كاف جداً له»

العواقب التي نجنيها من إعطاء الطفل أشياء كثيرة

*** نحن نعطيهم انطباعاً بأنهم فقط ما يملكون**

إن العطاء المفرط للولد قد يؤدي إلى أن يعتقد أن قيمته هي فقط بما يملك. ولكننا نعرف أن الإنسان أكثر من هذا، ويحتمل أن يعرّف عن نفسه في حياته بثلاث طرائق:

1 ـ أنا ما أملكه

عندما نكون أولاداً نظن أننا ما نملك. إذا سألت الطفل من هو يجيبك: «أعيش في هذا المنزل وعندي دراجة حمراء، ولدى أبي سيارة كبيرة».

2 ـ أنا ما أقوم به

وعندما نصبح في عمر المراهقة ولاحقاً في سن الرشد،

نبدأ بالتعريف عن أنفسنا ليس فقط من ناحية: «أنا ما أملك» بل بـ: «أنا ما أقوم به». لذا عندما نسأله عن نفسه يجيب: «أنا تلميذ ثانوية» «أنا مدير بنك» «أنا متزوجة وربة منزل». في هذه المرحلة من النمو نسعى إلى تمييز أنفسنا من خلال العمل وشهاداتنا الجامعية ونجاحاتنا.

3 ـ أنا من أنا عليه

مع مرور السنوات من خلال التفكير في حياتنا الباطنية قد نخطو الخطوة التالية نحو التعريف عن أنفسنا بهذا التعبير: «أنا من أنا عليه»، وهذا يعني. «أنا مستقل عما أملكه وأفعله». هذه هي الخطوة الأخيرة بل الأساسية في حياتنا، فنحن نتوقف عن التفكير في أنفسنا مرتكزين على ما حققناه وما جمعناه بل ندرك أننا أكثر من ذلك، وأننا لسنا ما نملكه من أشياء مادية وما حققناه من إنجازات. ولكن قلة قليلة منا يخطون الخطوة الأخيرة هذه مدركين: «إنني ما أنا عليه».

حينما نقدِّم كل شيء للأولاد بدون وعي وتدبير، نخاطر بأن نجعلهم يعلقون في المرحلة الأولى من نموهم: «أنا ما أملك». إذا علّم الأب ابنه أن أهم شيء في الحياة هو أن تجمع الثروة، سيقع الولد عندما يبلغ سن الرشد في فخ هذا المفهوم

* نضعف إرادتهم

ثمة عاقبة أخرى نجنيها من جراء إعطاء الولد أشياء كثيرة هي إضعاف إرادتهم، فالجهد يصقل إرادتنا. اعلم أن قوة الإرادة هي القوة التي تدعمنا وتساندنا عندما نركض وراء

أحلامنا وتساعدنا على المثابرة. ما الذي قد يطمح إليه الطفل عندما يدرك أن كل ما عليه القيام به ليحصل على ما يريد هو أن يطلب فقط ما يريد؟ يتعوّد على إشباع رغباته فوراً وعندئذ لن يكون هناك شيء بالنسبة له ذو قيمة وأهمية. تصبح الحياة بدون طعم لأننا لا نحصل على ما نريد من خلال الجهد والتفاني والتوق إلى الحلم والأمل يخمد.

*** قد يصبح غنيمة سهلة للمخدرات والكحول وتعدد العلاقات الجنسية**

أضف إلى ذلك أن الولد الذي ينشأ بدون قوة الإرادة يصبح في شبابه واقعاً تحت رحمة المخاطر المحدقة به. ولأنه شاب لا مبال سيكون من الداخل ضعيفاً، ملولاً من كل شيء، ساعياً إلى اللهو. ترى كيف سيتجاوب عندما يجد نفسه مطوّقاً ببيئة المخدرات والكحول والعلاقات الجنسية غير الشرعية؟ هل ستساعده القوة الداخلية التي يجب أن تُنمّى ليستطيع الإنسان اختيار ما يعتبره صحيحاً، مع وجود بدائل تغرّ النفس وتجذبها؟. الواقع أن هذه القوة هي التي تساندنا عندما تغرينا نفسنا بقول «نعم» فيما نعرف أن علينا أن نقول «لا». عندما لا يملك الشاب قوة الإرادة الضرورية لمقاومة الإغراءات، سيكون البديل المتاح له فقط هو الانجرار مع التيار. فيقبل عندئذ ويفعل ما هو الأسهل والنتيجة أن يقع فريسة الكحول والمخدرات التي تضمن الإثارة بدون أن تطلب شيئاً في المقابل.

علينا أن نتذكر أننا نضعفهم عندما تغرينا أنفسنا بإبهاجهم عبرشراء كل شيء لهم وعندما نعتقد أن تأمين الأشياء المادية

لهم هي الطريقة المثلى للتعبير عن مدى حبنا لهم. الواقع أن هذا لا يقويهم بل يضعفهم، لا سيما أن عليهم مواجهة عالم محفوف بالمخاطر والعنف، في وضع غير مؤات.

التطرف الآخر: الكبح

يتخذ بعض الأهل الموقف الآخر. فلأنهم عاشوا في بيئة محرومة، يعتقدون أن على أبنائهم أن يعيشوا التجربة ذاتها فبذلك يمكنهم أن يتعلموا وهذا يعني: «لأنني كافحت، عليهم أن يكافحوا أيضاً». يعتقد أهل كهؤلاء أن الأجيال القادمة لن تتعلم إلا إذا كافحوا وأن التربية الصارمة ستجعل الولد يقدّر الأشياء. ومادامت الحياة قد قست على الأهل فقد حان الوقت لتعاقب الجيل التالي. ولكن هذا الموقف يخلق استياء لدى الأولاد وهو القطب المعاكس للأهل المتساهلين. سنرى في الفصول اللاحقة أن التطرفات هي دائمة غير متوازنة. ومن يعطي بإفراط يوازي في السوء من يعطي بشح.

> «ماذا قلت لأمك إنك تريد؟ حسناً ادّخر مالك واشتر ما تريده بنفسك. فالمال لا ينبت على الشجرة. عندما كنت في مثل عمرك اعتدت الاستيقاظ في الخامسة صباحاً لمساعدة والدتي في تنظيف البيت وبعد ذلك كنت أذهب إلى المدرسة سيراً على قدميّ حتى لو كانت الثلوج تتساقط. لم أذهب قط بالسيارة إلى أي مكان مثلك. لهذا السبب أنا شخص مسؤول وعامل مجد. توقف عن النحيب، وإن أردت شيئاً فاعمل».

يُرينا هذا المثل أباً مفرطاً في استبداده، يعتقد أن علينا أن نجني كل شيء بعرق جبيننا وأن الحياة قاسية والناس لا يتعلمون إلا في مدرسة التجارب القاسية. ينشأ الطفل قوياً ولكنه يصبح قاسياً. في الطرف الآخر النقيض هناك الأهل المتساهلون الذين يعطون ابناءهم كل شيء دائماً فيجعلون منهم أشخاصاً خمولين كسولين ضعافاً، فاقدي الإرادة.

التوازن في العطاء

يتحقق التوازن من خلال المراقبة الواعية وعبر معرفة كيف ومتى نعطي وكيف ومتى نمتنع عن الإعطاء وعبر فهم أن علينا ونحن نربي أولادنا أن نأخذ بعين الاعتبار مصلحتهم العليا. مع أن إعطاء الطفل كل شيء يشعرنا بالسرور ومع أن ذلك أسهل من الامتناع عن العطاء، إلا أن هذا الإفراط لا يصب في مصلحتهم. نحن بحاجة إلى أن نعرف كيف نختار ما هو الأفضل لهم، بغض النظر عن حاجاتنا العاطفية أو راحتنا.

إحدى الطرق لمعرفة ما إذا كنت تقدم أشياء كثيرة للطفل هي أن تسأل نفسك الأسئلة التالية:

هل يقدّر طفلي ما أقدّمه له؟

هل يهتم بممتلكاته؟

هل هو ممتنّ لما يملكه؟

إذا جاءت الإجابة «لا»، فهذا يعني أنك تعطيه الكثير. وإذا كان الطفل يطلب المزيد والمزيد وكأن لا شيء يمكن أن

يكفيه وإذا كان لا يشعر بالامتنان لما يملكه ففكّر ملياً في المرة التالية التي يطلب فيها أن تشتري له شيئاً آخر. أما إذا كان يقدِّر ما يملك ويهتم بأغراضه ويشعر بالامتنان لما لديه، فلندع أنفسنا نعرف أننا نسير على جادة الصواب.

* **المعلومات الخالية من المعنى**

العنصر الآخر الذي يساهم في اللامبالاة عند الأولاد هو تعليم المواضيع المملة، الخالية من المعنى. وبدل تنبيه حس الفضول والدهشة والولوع بالاكتشاف وبدل تعليم الأولاد التفكير، تعمد بعض المدارس إلى تقديم معلومات سخيفة، غبية لا تطابق اهتماماتهم. لهذا تجد الأولاد يقومون بحفظها فقط من أجل الامتحانات ومن ثم نسيانها بعدها. من المخجل أن نخمد فضول الطفل الفطري وعقله المحب للبحث والفضول بهذه الطريقة، عاملين على حشو دماغه بالمعلومات غير الهامة. كم من الأهل يشعرون بالإحباط عندما يكون عليهم مساعدة أولادهم على إنجاز فروض سخيفة منافية للعقل لا تحتوي على مضمون فعلي؟ يعترضون غاضبين ولكن يكون عليهم القبول بفروض كهذه كونها جزءاً من المنهاج المدرسي.

آلية الدفاع الطبيعية التي يقوم بها الولد الضجران في المدرسة هي اللامبالاة. حينما نعلِّمه معلومات مملة عقيمة، يصبح ذكاؤه منفصلاً عن مشاعره. وسرعان ما يصبح تفكيره ومشاعره واهتماماته منفصلة. والنتيجة أن تهن عزيمته عن التعلم وأن يفقد الرغبة في الاكتشاف، وأن يدرس من اجل

الحصول على الدرجات أو خوفاً من العقاب. أما اهتمامه الوحيد من وراء الذهاب إلى المدرسة فهو رؤية رفاقه لأن كل شيء آخر هو شيء عليه تحمله فقط والصبر عليه.

علامات الولد المدلل

- عندما يمدح الآخرون ولدك، لا يشيرون في مدحهم إلا إلى طوله وصحته ومظهره الجسدي أو ذكائه ولكنك لا تسمعهم أبداً يمدحونه على سلوكه أو لطفه وكياسته
- هو آخر من يتلقى الدعوات إلى حفلات رفاقه أو ينسون دعوته
- يتجنب الجدان الاعتناء به خلال غياب أبويه ولكنهم يعتنون بغيره من أحفادهم بسرور
- تضاءل بالتدريج منذ ولادته عدد الدعوات والصداقات التي يتلقاها
- عليك دائماً إيجاد جليسة أطفال جديدة له لأن أية واحدة منهن لم تستطع فهمه أو ببساطة لأنهن لن يرجعن أبداً
- عندما يدعونك إلى حدث اجتماعي، تجد أن في الدعوة إشارة إلى منع اصطحاب الأولاد ولكنك عندما تصل إلى المكان تجد أن هناك أولاداً

نحن كأهل آخر من يدرك أن أولادنا مدللين كما أننا ننكر ونعتقد أن الجميع على غلط وأننا فقط على صواب. أذكر مرة عندما كنت متوجهة مع 30 شخصاً إلى الصف أني خطوت

إلى الأمام بينما أخذ الآخرون اتجاهاً مختلفاً، فقلت في نفسي وأنا أراهم يأخذون الاتجاه المعاكس: «يا لهم من أغبياء! لقد سلكوا جميعهم الطريق الغلط». ما زلت متعجبة من تكبري، فكيف اعتقدت أن ثلاثين شخصاً أخطؤوا قبل أن أدرك أنني ربما الشخص الذي لم يتبع التعليمات.

قد يحدث هذا عندما نقوّم أولادنا مصرين على أننا على حقّ فيما الإشارات واضحة وتشير إلى أننا نسلك الطريق الغلط.

«متى حفلة برنيس؟ ليس لديك فكرة عن مدى سروري لأننا سنقضي عطلتنا هنا، لأن ابنتي ليندا تتحرق شوقاً للذهاب. اسمعي لا تقولي لي إنك ستدعين ماريان؟ ألم تسمعي بما حدث في حفلتنا؟ حسناً، لقد ظلت أمها ملتصقة بها ولأن ماريان لم تفز بلعبة الكراسي، انزعجت الأم وجعلتنا نعطي ابنتها جائزة لتسكت بكاءها. لقد تضايقت من كلتيهما ولن أدعوهما ثانية أبداً».

يحجم أهل الولد المدلل عن سؤال الآخرين عن رأيهم بابنهم لأنهم لا يكونون قادرين على مواجهة الواقع المزعج فيفضلون البقاء على إنكارهم للواقع.

ميغ وأندريا صديقتان منذ أيام الدراسة. كانتا قد دُعيتا مع أولادهما إلى حفلة. من حيث كانتا جالستين تتحدثان سمعتا أحدهم يصرخ من الجهة الأخرى للغرفة: «ماما، أريد كولا». عندما أدركت أندريا أن هذا

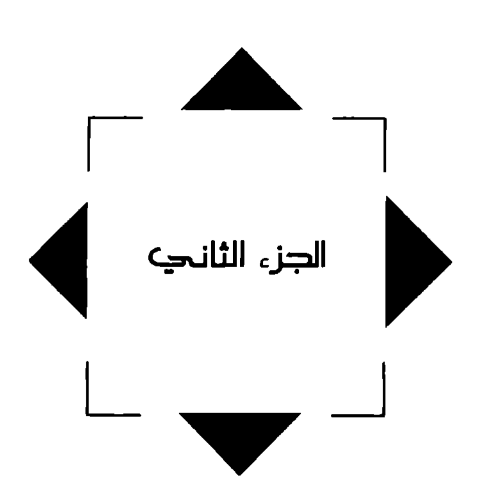
صوت ابنها همّت بالنهوض ولكن ميغ سألتها: «لماذا تسمحين له بمناداتك بهذه الطريقة؟ دعيه يجلب الكولا وحده أو اطلبي منه أن يأتي ويطلب منك ذلك بأدب». ضحكت أندريا معتذرة وبدون أن تجيب سارت نحو الطاولة التي وضعت عليها مشروبات الكولا.

قد لا تصدق أن أبوين على درجة من الذكاء والنجاح قد يكونان غبيين بكل ما للكلمة من معنى عندما يصل الأمر إلى تربية أولادهم. ما لا يمكن تحمُّله من موظف أو صديق هو تغاضيه عن شخص قليل الاحترام، فاسد.

يمكننا القول باختصار إن عدداً كبيراً من الأولاد في هذه الأيام يظهرون صفات كتلك التي أشرنا إليها. إن الاختلال الذي نراه في أولادنا يشير إلى افتقار مجتمعنا إلى التجانس والاستقامة وهما مشكلتان خطيرتان علينا أن نوليهما عنايتنا.

أسئلة علينا التفكير فيها:

- ما الذي نحتاج إلى تحسينه على صعيد تربية أبنائنا؟وما هي الحلقة المفقودة؟
- هل هناك فائدة من العودة إلى التربية المتسلطة؟وهل ذلك ممكن؟
- هل إيجاد توازن ما بين الاستبدادية والتسامح أو التساهل في التربية أمر عملي؟ أيمكن أن يكون هذا الخيار الثالث؟



الجزء الثاني

الفصل الخامس

البديل الجديد: التربية الواعية

أشرت في الفصول السابقة إلى البانوراما الصعبة التي نواجهها في هذه الأيام، ويبدو أن من غير المجدي أن نشير إلى المشاكل والصراعات بدون أن نحاول إيجاد بدائل ممكنة. إذا انتقدنا من أجل الانتقاد وحكمنا على الشيء من أجل الحكم فقط، نصبح سلبيين ومتشائمين. من السهل أن نشير إلى ما هو غلط أو منحرف ولكن إن لم نسع إلى إيجاد حلول ممكنة ونطبقها، فقد ينتهي بنا الأمر بأن نشعر باليأس والتشاؤم فتُثبط همتنا وتقص أجنحتنا مقيدة حريتنا.

دعونا نحلل عدة احتمالات ممكنة متوفرة على صعيد التربية والتعليم: العودة إلى الاستبدادية، البقاء غارقين بالتساهل المفرط أو السعي إلى طريق آخر بديل.

أولئك الذين ورثوا الاستبدادية ويصرون على تطبيقها هم خارجون عن الموضة وعتيقو العقلية وهم إلى ذلك غارقون في مياه عميقة لأن شباب اليوم يسألون ويناقشون ويثورون بقوة مدهشة. لدى هؤلاء دافع واحد فقط هو اكتساب الاحترام، فهم يريدون من الآخرين أن يحترموهم وأن يحسبوا حسابهم.

قد تسمع من أولئك الذين يربون أولادهم بالطريقة الاستبدادية التي تربوا عليها، ما يلي:

«اسمع، عندما كنت في مثل عمرك كان والدي قاسياً.. أنت تعرف إخوتي وأخواتي. هل يبدو أنهم يعانون من صدمات نفسية؟ لهذا لا أعقّد حياتي، ولا أريد إلا أن أربي أولادي بذات الطريقة».

يشعر بعض الأهل بالسعادة طالما أن أولادهم يكسبون رزقاً شريفاً وطالما أنهم متزوجون وغير مجرمين أو متعاطي مخدرات بحيث يبدو اي شيء آخر كسباً إضافياً، مفضلين تجاهل ما قد لايمكن رؤيته: الشعور بالذنب والخجل والاستياء وقلة الثقة بالنفس. الواقع انه يتم تجاهل تأثيرات سلبية كهذه (الاستياء والشعور بالذنب وقلة الثقة بالذات) لأنها لا تظهر على السطح. ولكنها موجودة هناك تؤثر في علاقاتنا وعملنا وحياتنا اليومية فتنغص فرحتنا وتقض نجاحاتنا ولا تجعلها تترك أثراً إيجابياً على نفوسنا.. إنها تلوّث حبنا الذي يجعلنا في نهاية المطاف نقوم بإيذاء أولئك الهامين في حياتنا كثيراً.

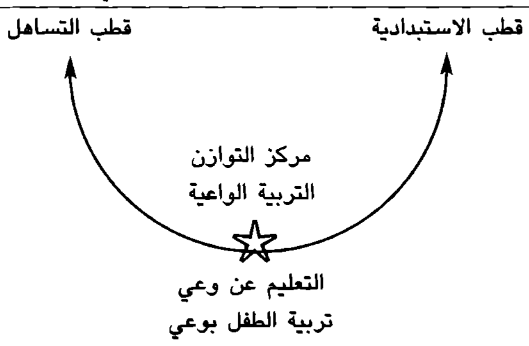
العودة إلى الاستبدادية حل غير قابل للتطبيق، والتساهل المفرط ينطوي على مخاطر قد وصفناها في الفصول السابقة. ما هو الخيار الآخر إذن؟

عندما يرفض الإنسان شيئاً، يميل إلى السباحة من أقصى هذا الطرف إلى أقصى ذاك الطرف، ومن تطرف إلى آخر. وبتلك الطريقة ينتهي بنا الأمر بأن نذهب من التحكم المؤكد

إلى اللامبالاة الكلية ومن القسوة المنافية للعقل إلى التجاهل الكامل. قد نسمع قائلاً يقول: «التوازن! هذا هو المطلوب للتربية». ولكن إيجاد هذا الحل الوسطي أو النقطة الوسطية ما بين الاستبدادية والتساهل يتطلب: الوعي. إن الوعي هو الذي يبقي رقاص الساعة في مكانه سامحاً لنا بإيجاد ذاك التوازن الذي قد يقودنا إلى التنعم بعلاقة مختلفة مع أولادنا. **ويتطلب الوعي منا أيضاً أن نكون متنبهين يقظين لئلا نذهب من تطرف إلى آخر**، تماماً كما هي الحال أثناء قيادة السيارة على طريقة ضيقة، إذ نحتاج للانتباه الكلّي حتى لا نسقط في وادٍ سحيق.

يقتضي الوعي أيضاً بذل الجهد والعمل على إيقاظ كائننا الداخلي. بمعنى آخر، إن العيش بشكل نصف واع وبلا مبالاة لا يقتضي بذل أي جهد أبداً، إذ يسمح الشخص لنفسه أن يمشي مع تيار النزوات اللاواعية حولنا. عندما نسمح للآخرين بالانجرار وراء آرائهم وبالعيش بدون أن نترك أثراً، نصبح تماماً كالورقة التي تطفو متجهة إلى مجرى النهر.

إذا رغبنا في تربية أولادنا بوعي، فسيكون هناك حاجة للتوقف والاستيقاظ من سباتنا والمراقبة بحذر لنعرف متى نقع فريسة إغراءات السلوكين المتطرفين أي التساهل أو الاستبداد ومن ثم الاختيار عن وعي نقطة التوازن.



التربية الواعية هي حصيلة المزج ما بين الأوجه الإيجابية للقطبين أو للطريقتين المتضادتين. إن المزج الناتج عن هذين القطبين هو أكثر من مجموع الأوجه الإيجابية للاستبدادية والتساهلية لأنه يتطلب منا الوعي بمعنى التربية الحقيقية. إذا احترم الراشد الطفل والطفل تعلم أن يحترم الراشد فالتعليم هنا يصبح أشبه بشارع ثنائي الاتجاه، أي أن الأهل اتخذوا طريق السلطة المطعمّة بالمسؤولية والوقار والاعتداد بالنفس والطفل عرف أنه محمي وآمن وفي الوقت ذاته شعر بأنه شخص يُحسب له حساباً. وعندئذ تستعمل كلمة «احترام» بمعناها الأصلي الكامل. ماذا تتطلب تربية الطفل وتعليمه؟ تتطلب إرشاده أثناء عملية نضوجه مع الاحترام الكامل لفرادته وقدره والإقرار بحقه بأن يكون له ذلك.

الحرية كالاحترام مفهوم يُفهم على نحو خاطئ بأنه طريقة التربية المتساهلة، ذلك أن الحرية تصبح هكذا بالنسبة للطفل تحرراً سلبياً وتصبح بالنسبة للراشد افتقاراً إلى تحمل السؤولية

واتخاذ القرار. في الفصول التالية سأحاول تصحيح هذه المفاهيم بمضمون عملي سهل، يسمح لنا أن نفهم ما معنى التواجد مع الولد يومياً. وهنا سأحلل المواقف الخاطئة الثلاث: الإفراط في الحماية وقطبه المعاكس أي التجاهل، والآمال غير المرنة التي نعقدها على الولد وأخيراً الأذى الذي نسببه من خلال المقارنات. في كل فصل من الفصول سأعرض الأسس المنبثقة من التعليم عن وعي:

* التدريب، التشجيع، الثقة.
* الآمال والتوقعات المنفتحة ذهنياً والحب غير المشروط.
* تنمية الثقة بالنفس والضبط والتأديب عن حب.

في نهاية هذا الفصل سأعرض رسماً بيانياً يسمح لك بأبسط طريقة أن تقارن الطرق الثلاث: الطريقة الاستبادية والطريقة المتساهلة والتعليم عن وعي. كما سيسمح لك هذا الرسم البياني أن تجد التعليم الواعي كنقطة متوسطة متوازنة، على أن تبقي في ذهنك فكرة أن الحياة معقدة وأننا قد نجد في عائلة واحدة الطريقتين في التربية. فلنتوقف عند بعضها:

* **الأبوان المتناقضان**

في بعض العائلات تجد أحد الأبوين متسلطاً والآخر متساهلاً. هنا يتعلم الطفل أن يتصرف وأن يهتم بنفسه عندما يكون الاستبدادي قريباً و يسارع إلى المتساهل عندما يحتاج إلى العزاء أو الدعم فيحصل عندئذ على ما يريد. في هذه الحالة يتشاجر الأهل بشكل مستمر ونادراً ما يتوصلون إلى اتفاق.

«ماذا تريد يا بني؟ ما الأمر؟» هذا ما سألت الأم ابنها.
«لقد وبخني والدي وقال إنه لن يعطيني مصروفي الذي كنت أتكل عليه لشراء اللعبة التي أريتك إياها البارحة. تلك التي يملكها جميع رفاقي».
صمتت الأم لحظة ثم قالت بصوت منخفض: «سأقرضك المبلغ ولكن لا تخبره بأني فعلت ذلك لأني سأقع في مشكلة».

في هذه الحالة، الأب هو «الشرير» والأم تلعب دور «الصالح» مخربة سلطة الأب معتقدة أن تلك طريقة لضمان حب ابنها، وخشية من مواجهة الزوج، تفسد ابنها.

لقد لاحظت أنه كلما كان أحد الوالدين متساهلاً كلما كانت الوالدة أو الوالد الآخر قاسياً ومتحكّماً والعكس بالعكس. فهو يحاول عن لا وعي منه أن يحافظ على توازن الوضع الذي اختلّ.

* **الأبوان المترددان**

هناك أيضاً حالة الأم أو الأب المتساهل الذي يلجأ إلى الاستبدادية لإحياء نظام أو ترتيب ما. ولكنه ما يلبث، عندما يذهب بعيداً في استبداديته، أن يشعر بالذنب فيعود إلى التساهل.

كانت الأم تشاهد مسلسلاً تلفزيونياً في غرفة نومها. عندما كانت ذاهبة إلى الحمام أثناء الدعايات، رأت ولديها يركضان في غرفة الجلوس وهما حاملان

الطعام في أيديهما ويضربان بعضهما بمخدات الأرائك. ولأنها لم تشأ أن تفوت عليها نهاية المسلسل، تجاهلت ما يفعلان. ولكن ما إن انتهى المسلسل حتى جاءت تصرخ عليهما «تعاليا إلى هنا يا داني ويا ميغ». عندما اقترب الولدان صفعتهما ثم أرسلتهما إلى غرفتيهما»

إن أماً كهذه تتجاهل ما يفعله أولادها ولكنها عندما تتضايق تلجأ إلى الصفع والعقاب. في اليوم التالي ستتركهم يفعلون ما يريدون حتى لا يعود بإمكانها التحمل ومن ثم ستشعر بالذنب لأنها كانت قاسية معهم وعندئذ سترجع إلى التساهل. علماً أن هذه الأم غير مقتنعة بكلا السلوكين المتطرفين ولأنها لا تعرف ماذا تفعل تتنقّل من تطرف إلى آخر. أما أولادها فيعيشون في حيرة وتشوّش لأنهما يعتمدون على مزاجيتها، فأولاً تترك لهم العنان ومن ثم تصبح متطلبة فيما بعد.

* **الأبوان المتعبان**

بعض الأهل الذين كانوا حازمين مع الأولاد الأكبر سناً، يتعبون، مع مرور السنين،من الأبوة والأمومة فيسمحون للأصغر سناً بالقيام بما كانوا يمنعونه عن الولد الأكبر. وبمعنى آخر كانوا **استبداديين مع الألاد الأكبر سناً وأصبحوا الآن متساهلين مع الأصغر**. من الطبيعي أن يشعر الولد الكبير بالاستياء أو الدهشة من الفرق في التعامل.

«كيف سمحتما لدرو بالمبيت عند صديقه؟ لم يحدث قط

أن سمحتما لي بذلك. وحتى عندما كنت أبكي راجياً إياكما لم تكونا تسمحان لي بالنوم خارج البيت. لماذا اختلف الوضع معه؟». بهذه الكلمات صرخ باتريك على والديه.

* **الأبوان المنحازان**

يكون بعض الأهل استبداديين مع جميع أولادهم باستثناء الأحب إلى قلبهم الذي يدللونه أو يكونون متساهلين مع الصبيان وصارمين مع البنات أو العكس بالعكس.

لامت ابنة والدها قائلة: «لماذا تسمح لبيلي بالعودة متأخراً إلى البيت ولا تسمح لي بذلك علماً أنني أكبر منه».

رد الأب ساخطاً: «كم مرة علي أن أقول لك لأنه صبي ولأنك فتاة»

كما قلنا سابقاً يمكننا أن نجد تنوعاً واختلافاً في التعامل في الموضوع ذاته. أنا أنصحك بالتفكير في الأسئلة التالية ومعاينة الرسم التوضيحي المرافق

مسائل علينا التفكير فيها

في عائلتي (الأهل، الأنسباء)

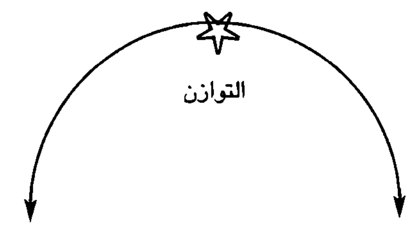
* متى كنت أرى والديّ صارمين أو مسترخيين؟
* في أي جو من الأجواء ترعرعت؟

في عائلتي الحالية(الزوج، الأولاد)

* هل أنا مستبد أم متساهل؟

* هل أتشارك مع زوجي (زوجتي) الأسلوب ذاته في التعامل أما أننا قطبان مختلفان؟.
* هل أتأرجح من التساهل إلى الاستبداد ومن ثم أشعر بالذنب فأعود إلى التساهل؟
* هل أعامل جميع أولادي بالطريقة ذاتها؟ أو هل أنا صارم مع بعضهم ولين مع بعضهم الآخر؟
* هل أكرر طريقة أهلي في التربية أو أتأرجح بين الطريقتين المتناقضتين؟

قد يساعدنا التفكير ملياً في رؤية الطريقة التي علينا بواسطتها توجيه أولادنا وفي إيجاد التوازن في تربيتهم وذلك من خلال الوعي الذي اكتسبناه من التفكر والتدقيق.



الأهل المناضلون	الأهل المتسلطون	الأهل المتساهلون الطيّعون
التصرفات تجاه الطفل		
• التحكم • القمع • الاستبداد • يطلبون الاحترام ولكنهم لا يحترمون الطفل • حازمون ولكنهم لا يظهرون الاحترام • يقمعون عواطف الطفل	• يظهرون الاحترام • يقبلون تحمل المسؤولية • يتخذون قرارات بضمير حي • احترام متبادل • حازمون ويظهرون الاحترام • يسمحون للطفل بالتعبير عن عواطفه ويقدّمون الإرشاد	• يرغبون في الإرضاء • يحمّلون الطفل المسؤولية • مترددون • يحترمون الطفل والطفل لا يحترمهم بالمقابل • يحترمون الطفل بدون حزم • يتركون الطفل يعبر عن عواطفه ولكنهم لا يقدمون له الإرشاد
أسلوب التربية		
• ينتقدون ويلومون • يهينون ويقارنون • يكافئون • يعاقبون ويناورون • يصرخون، يهددون، يصفعون، يضربون	• يؤكدون أنهم المرجع المسؤول • يضعون الحدود باحترام • يشيرون إلى عواقب الأمور • يساعدون على إيجاد الحلول • هم قدوة حسنة	• يتجاهلون، يتخذون الأعذار والحجج • يتوسلون، يترجّون، يحاولون الإقناع • يرشون • يكافئون • يناورون، يُفرطون في الحماية

الطفل المكبوت	الطفل الذي يحترم غيره	الطفل المتطلب
مواقف الطفل ومعتقداته		
• لا يأخذني أحد بعين الاعتبار • يقمع مشاعره • يطيع بشكل أعمى. هو شخص خائف، مذعن، راغب في الإرضاء • متمرد، ومحب للمنافسة • مسؤول عندما تشرف على تصرفاته	• أنا شخص يحسب له حساب وكذلك الآخرين • يتعلم أن يعبر عن عواطفه بدون أن يؤذي الآخرين • يعرف كيف يعبّر عن حاجاته • يتمتع بقوة داخلية • مسؤول، يشارك	• أنا وحدي الذي يجب أن يأخذه الآخرين بعين الاعتبار • يعبر عن عواطفه بدون أن يهتم ما إذا كان سيؤذي الآخرين أم لا • متطلب، أناني، منقلب. •لا يضبط نفسه، وليس لديه قوة إرادة أو انتباه. • غير مسؤول، اتكالي، وكسول
عواقب التربية على الطفل		
• لا يشعر بتقبل الآخرين له ولا بقيمته لديهم • يشعر بالإهانة، العجز، الغضب، الكبت، حب الانتقام، الذنب	• يشعر بقبول الآخرين له، وبأهميته بنظرهم وبحبهم له • يشعر بالأمان، السعادة، الثقة بالنفس، مستوى عالٍ من تقدير الذات	• يشعر بالإهمال والتخلّي • يشعر بعدم الأمان، عدم الرضا، عدم الملاءمة

عواقب التربية على المراهق		
• إذا كان من النوع الراضخ فسوف يضحّي بتفرده	• يتواصل بشكل منفتح مع الآخرين	• يكون فظّاً، قليل الاحترام، متطلباً، متمرداً، اتكالياً
• إذا كان متمرداً فسوف يعزل نفسه، ومن السهل أن يصبح مدمناً على الكحول أو المخدرات أو العلاقات الجنسية	• يخيّم الحب والاحترام على علاقة المراهق بأهله	• من السهل أن يصبح مدمناً على الكحول، المخدرات أو العلاقات الجنسية
أجواء المنزل		
• منظّمة لكن متوترة	• منظّمة لكن مرتاحة	• غير منظّمة، فوضى عارمة
• نظام جامد	• نظام مرن	• لا نظام

الفصل السادس

المواقف الخاطئة:
الإفراط في الحماية والتجاهل

سأبدأ هذا الفصل بمراجعة التباين ما بين إفراط الأهل في حماية الولد وتجاهله. دعونا ندرس الطرفين المتناقضين: من جهة يفرط الراشد في الحماية ويركز انتباهه على الولد ومن الجهة الأخرى يتجاهله أو لايعطيه إلا القليل من انتباهه واهتمامه.

لدى كل كائن حي حاجة إلى الشعور بأنه محمي وآمن والطفل الصغير يشعر بالضعف الكامل في عالم هو بالنسبة له شيء مجهول، لذا هو بحاجة إلى أن يشعر أن أبويه موجودان هناك للاهتمام به. إنه بحاجة إلى الشعور بأن هذين الشخصين القويين يهتمان به وأن حياته غير مهددة طالما هما مسؤولان عنه. عندما يتخذ الأب أو الأم دور الراشد مقدِّمين للطفل الأمان والحماية اللتين يحتاجهما، يستطيع عندئذ الاسترخاء، وإذا لم يكن حاملاً أية مسؤولية عدا كونه طفلاً صغيراً، سيكرس وقته لمهمة النمو من خلال اكتشاف العالم حوله. إن هذه الحماية الأبوية شرط أساسي من أجل نمو الولد بطريقة صحية متكاملة.

في أحد الأفلام الكرتونية تسأل باتي تشارلي براون: «ما معنى الأمان»، فيجيب تشارلي: «الأمان هو أن تنام في مقعد السيارة الخلفي مطمئناً». هذا يعني أنك عندما تكون في مكان ما مع أهلك وأنت في طريقك إلى البيت، ليلاً، تنام في المقعد الخلفي غير قلق لأن أمك وأباك موجودان في المقعد الأمامي يهتمان بكل شيء.

يحتاج الطفل إلى وجود أهله في المقعد الأمامي فهما المسؤولان وهما اللذان يتخذان القرارات الصحيحة إذ يتوجب عليهما توجيه القرارات واتخاذ المناسب والضروري منها لأنهما من يمتلك النضج والمسؤولية لقيادة السيارة. أما الطفل فليس عليه إلا أن ينظر من النافذة، مستمتعاً بالمنظر أو أن يتحدث ويلعب مع إخوته.

الواقع أن بعض الأهل يضعون الولد في المقعد الأمامي قبل أن يكون جاهزاً للقيادة فيما هناك أهل لا يضعون ابنهم مهما أصبح عمره إلا في المقعد الخلفي. النوع الأول من الأهالي هم الذي يتجاهلون الطفل أما النوع الثاني فهم الذين يفرطون في حمايته.

الأبوان اللذان يتجاهلان الطفل

أبوان كهذين يخلطان ما بين الذكاء وما بين النضج فحتى عندما لا يكون الطفل قادراً على الوصول إلى الدوّاسة، يتركانه يقود حياته ويوجهها، متخلين عنه. إن هؤلاء الأهل متطرفون في تجاهلهم. فبحجة احترامهم للطفل يتركونه يقود

فتكون النتيجة أن يدفع ثمن العواقب التي تحلّ به عندما يصطدم بشيء. وبمعنى آخر، إنهم يسمحون له باتخاذ القرارات التي لا قدرة له على اتخاذها، ومن ثمّ يوبخونه عندما يعاني من نتائج قراره. وهذا يعني جهداً أقل للأهل وظلماً وإجحافاً للأولاد.

الأهل المتساهلون هم مثال عن أولئك الذين يتجاهلون ذريتهم. إن أهلاً كهؤلاء هم موجودون ولكنهم لا يتخذون دور الراشد فيتركونه يفعل كل ما يرغب فيه والواقع أنهم يتخلون عنه ويهجرونه. قد لا يكون الهجر والتخلي واقعاً من الناحية الجسدية ولكنه واقع لا محالة من الناحية العاطفية. ومع أن الأهل المتسامحين يدّعون أنهم يحترمون الطفل ولكنهم لا يبذلون جهداً، غاسلين أيديهم من دورهم الأبوي، تاركين الطفل إلى حاله وقدراته. مع أن هؤلاء الأهل موجودون، فإن الطفل لا يشعر بقوة ودعم الراشد الذي يقدر على تحمل المسؤولية.

> ذهبت عائلة جونسون في عطلة عيد الميلاد إلى جبال الروكي. استأجرت العائلة أدوات التزلج. ولكن باكي ابن العشر سنوات أصر على ركوب لوح التزلج الخاص بالمحترفين بدل لوحي التزلج العاديين اللذين سيستعملهما أخوه الأكبر سناً. شرح له والده أن هذه الأداة خطرة وأنها ستؤذي ركبتيه. بعد شجار ضروس ابتعد الأب ماشياً وطلب من زوجته أن تحاول إقناع باكي، فحاولت الأم جاهدة. أخيراً يئس الأبوان

واستسلما له فاستأجرا له ذاك اللوح.

في اليوم التالي من العطلة طلب الطبيب من الصبي، بعدما وصف له أدوية للالتهابات وتسكين الألم، أن يلزم مقطورته حتى يشفى. الأم التي شعرت بالاستياء لأن عليها أن تلازم ابنها، وهذا ما سيفسد عطلتها، لم تستطع إلا أن توبخه على قلة تعقله..

بعد سنوات ستُجري لباكي عملية جراحية لركبتيه.

لقد سمح والدي باكي له بالجلوس في مقعد القيادة وهو بالكاد قادر على رؤية لوحة أجهزة القياس في السيارة وغير قادر على رؤية الطريق. بمعنى آخر، لم يكن يملك النضج الكافي للتفكير في عواقب نزواته. إن قراراً كهذا يتخذه الأهل الذين يفهمون خطورة أن تصاب ركبتيه بأذى والذين كان عليهم أن يبقوا حازمين بعدم استئجار أداة التزلج تلك.

يتجاهل بعض الأهل أولادهم بطريقة مختلفة، ويشعرون بعدم الراحة عندما يكونون مع الأولاد الصغار. أذكر أنه كان لدي عم اعتاد أن يقول لي: «اسمعي، لا ترسلي لي أي ولد حتى يصبح عمره أكثر من اثنتي عشرة عاماً. ففي هذا العمر يصبحون بشراً ويمكنك عندئذ التحدث إليهم، ولكن قبل ذلك دعي أمهم تتعامل معهم».

هذا النوع من الأهل يريدون الأولاد ولكنهم لا يستطيعون انتظارهم حتى يكبروا لأن الطفولة شيء مزعج. تجدهم يعيشون في عالم الراشدين تاركين أولادهم لحالهم، وكلما كانوا قادرين، تركوهم مع الآخرين. أما الاجتماع مع

الآخرين واللقاءات العائلية فهي فقط للراشدين. يحبون الذهاب إلى الأماكن العامة التي يمنع فيها اصطحاب الأولاد ولايفهمون لماذا تريد بعض العائلات التواجد في الأماكن التي يرحب فيها بوجود الأولاد. لامكان للصغار في حياتهم الحافلة بالمشاغل وتواجدهم مع الأولاد أمر مزعج يتجنبونه بأي ثمن من الأثمان، يتوقون إلى اليوم الذي ينضج فيه أولادهم. إن الأولاد الذين يتربون مع أهل كهؤلاء يعانون من التجاهل العاطفي والجسدي. فأهلهم يكلمونهم ويعاملونهم وكأنهم راشدون لا يحتاجون إلا إلى الطول. وليس مسموحاً لهم التصرف أو اللعب كالأولاد لأن النضج والجدية مطلوبان منهم علماً أنهم لا يتجاوزون الرابعة من العمر. إن ولداً كهذا يتخلى عن طفولته بسبب حاجته الملحة إلى بالشعور بالانتماء والقبول.

الأهل الذين يتجاهلون أولادهم غالباً ما يعتقدون، بسبب تأمين جميع أنواع الرفاهية لأولادهم كالألعاب الإلكترونية والمجوهرات الغالية وبالتأكيد المدارس المعتبرة، يعتقدون أنهم يؤدون دورهم الأبوي وأن لا داعي إلى القلق بشأن تزويدهم بأي شيء آخر.. هل يمكن أن نستبدل دورنا الأبوي بالأشياء المادية التي تستحوذ على إعجاب أولادنا؟

كانت تيري تتحدث إلى أخت زوجها عن ابنتها كارين البالغة من العمر 14 عاماً: «أنا قلقة وقد قررت أن أسجل كارين في مدرسة أصغر. أظنها ستكون مسرورة بهذه المدرسة. ومع أن من المفترض أن

مدرستها الحالية هي أفضل مدرسة إلا أنها غير منسجمة مع زملائها فيها لأنهم في الواقع غير ودودين ومتحفظون».

تيري تعمل دواماً كاملاً لذا قلما تتواصل مع ابنتها المراهقة والواقع أن العيش في محيط حيث لا يوجد للمراهقين وسائل للاستجمام والترفيه، قد يجعلهم يقعون في فخ تجربة المخدرات والكحول. لم تكن تيري مهتمة البتة بهذا ولم يكن لديها فكرة عما تفعله ابنتها بعد الظهر مع أصدقائها الذين كانوا أكبر منها بعدة سنوات. وكان لدى كارين وسائلها للتلاعب بأمها التي كانت بدورها غير عارفة بشكل كامل بتسكع ابنتها مع اصدقاء السوء.

لم تكن تيري صادقة مع أخت زوجها، لأن الحقيقة هي أن ابنتها كارين طردت من «أفضل» مدرسة بسبب تعاطيها المخدرات. بعد أربع سنوات أُرسلت كارين إلى مركز لإعادة تأهيل المدمنين على المخدرات.

لعل بعض الأهل الذين يتجاهلون أولادهم قد عاشوا طفولة مؤلمة لذا عندما أصبحوا أهلاً شعروا بأنهم غير قادرين على إعطائهم العناية المناسبة فذلك سيذكرهم دائماً بجراحهم النفسية غير الملتئمة. الأمر أشبه بالحيوان المجروح الذي يلعق جراحه ويُبعد نفسه عن أولاده حتى يحمي نفسه. وكي يهتم بمشاكله العاطفية لا يجد أمامه كحل على صعيد صغاره إلا أن ينسحب عاطفياً. وهذا ما يحدث مع الأولاد الذين يُتركون

وحدهم يترعرعون دون أن يدركوا أبداً سبب هذا الهجر الذي عانوا منه.

نحن نلاحظ ويا للخزي والعار حلقة مفرغة تتكرر إلى الأبد: الأولاد، الذين نشأوا في حالة من التجاهل، لا يقدرون على التواصل بشكل طبيعي مع أولادهم إلا إذا حصلوا على مساعدة لمعالجة أنفسهم ولملء فراغهم العاطفي الذي نتج عن هجر أهلهم لهم. وإن لم يحصلوا على هذه المساعدة سيفعلون ما فعله أهلهم من قبل: إما تجاهل أولادهم وإما الإفراط في حمايتهم، الأمر الذي سيشل أولادهم عاطفياً.

من النماذج المتطرفة للأولاد المهجورين، أولئك الأولاد الذين ينشأون ويترعرعون في الشوارع. فليس لدى هؤلاء وقت ليكونوا أطفالاً لأن عليهم، منذ نعومة أظافرهم، أن يتحملوا المسؤولية التي تجبرهم على التصرف كراشدين. وبسبب قلة وجود ما يحميهم من عالم الراشدين يُجبرون على أن يواجهوا وحدهم عالم العدائية فيكون الثمن الذين سيدفعونه هو أن يكبروا سريعاً. وحتى يتحملوا عواصف الحياة العاتية ينمّون قشرة عاطفية تقيهم برد هذه العواصف وتبقيهم على قيد الحياة، ولكنهم يخسرون براءة الأطفال ويصبحون أجساداً صغيرة يقطنها راشدون.

التجاهل والتلفاز

قد يكون التلفزيون جليس أطفال فعالاً لأن الأولاد

يجلسون ساعات، منوّمين مغناطيسياً أمام هذه الآلة، حيث لا يسببون أي مشكلة أو أذى ويبقى كل شيء نظيفاً وهادئاً ويبقون آمنين جسدياً أيضاً. نجد الأهل يعتمدون أكثر فأكثر على التلفزيون سامحين لأنفسهم بالانصراف إلى أعمالهم بدون القلق على أبنائهم. ما هو ثمن الاعتماد على التلفزيون لإبقاء أبنائنا ملهيين؟ علينا النظر إلى المستقبل لنعي العواقب البعيدة المدى لأفعالنا وخياراتنا. ما قد يكون مستحسناً على المدى القريب، قد يكون له نتائج سلبية لاحقاً. وهذا هو الحال بالنسبة للتلفزيون عندما نستعمله كجليس للأطفال.

الواقع أن ترك الولد منسياً أمام شاشة التلفزيون أشبه بتركه في الحديقة العامة وحده. قد تفكر الآن: «آه! لا، لا يمكن أن أترك ابني وحده في الحديقة العامة أبداً. فذلك خطر»، ولكن هل فكرت عندما تتركه أمام التلفزيون، أنه يصغي إلى الغرباء ملتقطاً ومؤمناً بكل ما يقولونه؟ فلأنه لا يملك القدرة على الحكم أو البصيرة، يعتبر كل ما يراه على الشاشة حقيقياً. هذا يشرح لماذا يخاف أن ينام بعد مشاهدة أشياء ليس مستعداً بعد إلى مشاهدتها. أنت لا تعطي الرضيع الحديث الولادة اللحم لأنه لا يملك بعد الأنزيمات لهضمه، والطفل لا يملك الأنزيمات العاطفية ليهضم كل ما يراه على التلفزيون: من عدائية وعنف واغتصاب وجنس، الخ.

عندما نترك الولد منسياً أمام التلفزيون فإننا بذلك نتجاهله. وإذا ظننا أننا لن ندفع الثمن فنحن مخطئون. الثمن هو براءة الطفل وشعوره بالأمان وسعادته. وحينما يتخلى

الأطفال عن براءتهم، يصبحون خائفين، ناضجين قبل أوانهم، ويشعرون بالمرارة. ويصبح بعضهم الآخر مكتئبين، غير قادرين على القبول بأن يكبروا ليسكنوا في عالم مخيف كهذا.

أخبرتني إحدى الجدات أنها كانت مصدومة وأنها لم تعرف ماذا تقول لحفيدها بريان الذي كان يلعب مع ابن عمه توني وهما ولدان في الخامسة من العمر.

«جدتي، توني يقول إن هناك أمهات شريرات يقتلن أولادهن». «أين سمعت ذلك؟». «على التلفزيون، هذا الصباح»

أنا أطالبك بإلحاح أن تعيد التفكير في المرة التالية التي تفكر فيها باللجوء إلى هذه الطريقة السهلة. وبدل ذلك اختر بانتباه ما سيشاهده طفلك وحدد وقت المشاهدة ولا تخش أن تقول «لا» عندما ترى أن البرنامج غير مناسب له. من الأفضل أن يملأ البيت بالضجة وأن يكون مفعماً بالحيوية على أن يكون سلبياً، خاضعاً، هادئاً كالأموات.

إذا بذلت جهداً لتكون موجوداً في حياة طفلك اليوم، فأنت ستحضّره لملاقاة المستقبل قوياً، واثقاً من نفسه.

العبارات التي يجب أن يكررها الأهل الذين يهملون أولادهم ويتجاهلونهم

- أحمد ربي على نعمة تربية طفلي
- اخترت أن أهتم بطفلي بصبر وتفهم

- أنا أحمي طفلي وأرعاه بحب
- أتقبل مسؤوليتي كأم (أو أب) بفرح وسرور
- أستمتع بالوقت الذي أمضيه مع ابني

الأهل الذي يفرطون في حماية أبنائهم

الأهل الذين يتجاهلون أولادهم يسمحون لهم بالقيادة عندما لا يكونون مستعدين لذلك، أما الأهل الذين يفرطون في الحماية فلا يتركونهم أبداً يتولون القيادة. فهؤلاء لا يريدون فقط أن يحموهم ويرعوهم بل يريدون أن يتأكدوا أن لا شيء مزعج قد يصيبهم، فتكون النتيجة أن يتحكموا بحياة أبنائهم ليطمئنوا إلى أن كل شيء مقبول مُرض. فلأنهم لا يثقون بالحياة، تجدهم يتجنبون كل وضع سلبي قد يتعرض له أبناءهم، ويعيشون نيابة عن أولادهم، ويرتابون بقدراتهم..

يمكن تعريف الإفراط في الحماية بما يلي:

الإفراط في الحماية يعني قيامك بالأشياء التي عليه هو القيام بها

قد يحدث هذا في أي عمر، عندما تقوم أم بإطعام ابن الثلاث سنوات بالملعقة فيما هو قادر على أن يتناول طعامه بنفسه فهذا يعني أنها تفرط في حمايته. وعندما تقوم الأم بإلباس ابن الأربع سنوات بنفسها وتفرشي أسنان ابن الثماني سنوات وتمشطه وعندما تحل فروض ابنة الحادية عشرة أو تعمل على حل مشاكل ابنها المراهق، فهي بذلك أم تفرط في حماية أبنائها.

إذا كان الولد قادراً على القيام بمهمة ما فلماذا تجعله الأم اتكالياً أو عديم الفائدة؟

الواقع أن أهلاً كهؤلاء يقتلون مقدرة الطفل الفطرية على أن يصبح مستقلاً. يظهر الطفل الصغير هذه المقدرة الطبيعية الفطرية بوضوح. ليس عليك حتى تتبين ذلك إلا أن تراقب ابن الثمانية اشهر وهو يحاول أن ينتعل حذاءه فقد يحتاج هذا الطفل إلى 20 دقيقة حتى ينتعل فردة واحدة. ستجده في غير عجلة من أمره، وكل اهتمامه منصب على إنجاز هذه المهمة. هذا الصغير يقول لنا: «أريد أن أكبر وأن ألبس ثيابي وحدي كما تفعلين يا ماما». إنه ككل طفل يريد أن يحاول القيام بالأشياء وحده.

رالف ابن السنتين متلهف إلى انتعال حذاء التنس الذي اشترته له أمه. جر الكرسي إلى خزانة الأحذية ثم صعد عليه ليستطيع الوصول إلى جارور الجوارب. أخذ جورباً ثم شرع بصعوبة يرتديه وكان يحاول أن ينتعل السنيكرز حينما جاءت أمه: «رالف. ماذا تفعل؟ يا إلهي لقد بعثرت كل الجوارب وكدت تقع عن الكرسي». وأسرعت الأم المستعجلة تأخذ السنيكرز منه معلقة بالقول: «جورباك مفتولان وهذه الفردة ليست لهذه القدم. في المرة القادمة انتظرني حتى ألبسك إياه»

ظل رالف يحاول انتعال أحذيته بمفرده وارتداء ملابسه بنفسه ولكنه كان يُواجه بإلحاح أمه وتوبيخها.

واخيراً استسلم متعلماً أن يكون كلعبة مصنوعة من القماش فتستطيع أمه أن تلبسه بسرعة متى أحبت ذلك.

بعد ثلاث سنوات جاءت العمة برندا لتزورهم. عندما لاحظت الروتين الصباحي هتفت قائلة: «ماذا؟ مازلت تلبسين رالف؟» شرحت الأم قائلة: «آه! إنه كسول فإن لم ألبسه بنفسي، لن نصل إلى المدرسة على الوقت».

يحب الولد الصغير أن يأكل بنفسه ولكن عدداً كبيراً من الأمهات لسوء الحظ يفضلن أن يطعمن أولادهن بأنفسهن حفاظاً على النظافة. «إذا تركته يأكل وحده يوسّخ الأرض ويبقى وقتاً طويلاً وهو يأكل». ينبغي أن نسأل أنفسنا هنا: لماذا على ابن الخمسة عشر شهراً الاستعجال في الأكل؟ هل هناك ما قد يسحره أكثر من تناول عدة لقمات ملونة ومتنوعة من الطعام ووضعها في فمه؟ هل تتخيل كم من الجهد يتطلبه التقاط كل لقمة، والإمساك بها ورفعها إلى فمه بأصابعه غير المتمرسة؟ لو وضعنا أنفسنا مكان طفل لا يستطيع التحكم بجسمه، لما صبرنا عليه فقط بل لامتلأ قلبنا إعجاباً بمقدرته.

يحاول الطفل مراراً وتكراراً القيام بالأشياء بمفرده. بعضهم يكون قادراً على الدفاع عن نفسه: «لا، أنا، أنا! اتركيني وحدي». ولكن تدخل الراشد المستمر وتوبيخه إياه يخمد اهتمامه وشوقه الطبيعي للقيام بالأشياء وحده! لو نرى فقط ما الذي ندمره في الولد عندما لا نسمح له القيام بالأشياء وحده. أنا متأكدة أنه ليس من ولد يولد كسولاً غير أنه يُصبح

كسلان عندما نخمد قوة إرادته. ثمن الحماية المفرطة هو: تدمير إرادة الولد الفطرية. **والإرادة هي القوة الداخلية التي تسمح لنا بتنفيذ مهماتنا وأحلامنا.** إنها القوة التي تسمح للأهداف بالتحقق. لهذا السبب يصبح الطفل فاتر الهمة، لا مبالياً، اتكالياً، وبلا هدف فيسهل أن يشعر بالرهبة وقلة الثقة بالنفس. إن الثقة بالنفس هي النتيجة المتأتية عن إثبات النفس بشكل مستمر من خلال الإنجازات التي ننجزها، ولكن الطفل الذي يتكل دائماً على الراشد لحل مشاكله لن يملك قوة لكيّ يثبت لنفسه ما هو قادر على النجاح به واختبار النجاح. وبناء على ذلك ينتهي الأمر بالطفل إلى الاقتناع بقلة قدراته وجدارته.

ولكن علينا ألا نظن أن الحماية المفرطة تكبح فقط نمو الأطفال.

كانت آنجي تنتظر فريدي لتقله من المدرسة الابتدائية. عندما اقترب مكتئباً، سألته: «ما الأمر». «بوبي ناداني «يا جبان». سألت الأم: «من هو بوبي؟». «ذاك الذي يضع قبعة حمراء». «لا تقلق. سأكلمه حالاً». نادته فلما أصبح أمامها قالت له إنها سئمت من إزعاجه لابنها وإنه إذا عاد إلى إزعاج ابنها ثانية فسيكون عليه التعامل معها.

وارتدت على عقبيها متجهة إلى السيارة ولكنها لم تنتبه إلى أن ابنها فريدي كان يضحك مقهقهاً ويمد لسانه لبوبي.

عندما نتدخل بعلاقات أولادنا الشخصية، نحرمهم من فرص تعلم التواصل مع الآخرين. على أولادنا أن يتعلموا أن هناك أوضاعاً ممتعة وأخرى مقيتة، وأن الحياة على هذه الحالة، صراعات تنشأ أحياناً وأن على الفرد منا أن يحلّها. متى وكيف يتعلم أولادنا التواصل إن لم نعطهم أبداً الفرصة للتدرب على الأمر؟الواقع أن كل تفاعل وتضارب هو لحظة علينا الاستفادة منها. وبناء عليه سيتعلم الولد مع من سيتعامل ومن سيتجنب. وبدل أن نحل مشاكله، علينا أن نعلّمه كيف يفعل ذلك بنفسه.

كان على الأم في القصة التي رويناها أن تتعاطف معه وتتفهمه قائلة: «أعرف ما تشعر به. إنه لأمر مقرف أن يحاول الناس إهانتك». وحالما يصبحان في السيارة كان عليها أن تسأله: «ما الذي ستفعله في المرة التالية التي سيحاول فيها إزعاجك؟»

«سأضربه حتى أدميه».

«حسناً، هذا احتمال (مع أنه احتمال غير جيد ولكن اللحظة غير مؤاتية لإخباره بذلك، لأنه ينفّس فقط عن غضبه، والمطلوب هنا أن نفتح طريقاً للتواصل) وماذا أيضاً يمكنك القيام به؟»

«حسناً سأخبره أني أكره أن ينعتني بنعوت مهينة»

«إنها لفكرة جيدة جداً. وماذا أيضاً»؟

«سأرتد راجعاً غير معيراً اهتمامي لما قاله»

«بالتأكيد. هذا بديل آخر».

وهكذا نساعد الولد على إيجاد مخرج للمشكلة. عندما نطلب منه أن يذكر اقتراحات لحل المشكلة إنما نساعده بذلك على أن يدرك أن هناك عدة حلول لأية مشكلة نقع فيها وهكذا نوسع وجهات نظره للأمور ونحث عقله ونحفّزه، لأن ذكاءه ينمو عند تمرين قدراته على إيجاد الحلول المناسبة لكل المشاكل. ولكل ظرف حلوله المتعددة وتعقيداته الخاصة. وكلما تمّ إيجاد المزيد من الحلول لمأزق ما، زادت حظوظ النجاح أكثر.

على الولد أن يتعلم التفكير في حل مشاكله بدل أن نفكر نيابة عنه.

يقول الوالد الضيق الأفق لابنه: «من يضربك، اضربه». من يعرف؟ إذا كان الولد الذي يتنمر على ابنك أضخم جثة منه وأقوى فمن الذكاء أن تقول له: «اهرب، هذا الولد أضخم منك بكثير فلا تضحك عليه»

هيثر في الصف الأول الثانوي. كانت هيثر تشاهد التلفزيون عندما جاءت أمها تحمل أكياس الخضار والفاكهة. «لماذ تأخرت يا أمي؟ عليك أن تساعديني بمشروعي. غداً موعد تقديمه». «عفواً، هيثر، سنبدأ العمل عليه حالاً». عرضت هيثر على أمها كيفية العمل على المشروع ولكنها سرعان ما تنصلت لتذهب لمشاهدة التلفزيون. «هيثر، اجلبي لي الغراء والمزيد من الكرتون». بعدما أحضرت هذه الأغراض لأمها وألقت نظرة على المشروع الذي تعمل عليه أمها

(شاكرة جهود أمها)، عادت هيثر إلى برنامجها.
بعد ساعات أرسلت أم هيثر جميع افراد العائلة إلى النوم قائلة: «لا تقلقي يا هيثر. اذهبي إلى النوم. سأنهي أنا المشروع في وقت لاحق ليلاً».
في الصباح التالي ذهبت هيثر إلى المدرسة حاملة بفخر مشروعها، واثقة من أنه سينال أعلى علامة.

لدى هيثر صورة مزيفة عن الواقع فهي تعتقد أن لا بأس بتسليم مشروع لم تقم به وتعتقد أن لا باس أيضاً بنيل علامة عليه معتقدة أنها تستحق الإعجاب والتقدير والاحترام على شيء لم تقم به. إذا استمرت الأم على هذا المنوال فستتعود هيثر على الكذب وفي الوقت ذاته ستتدهور ثقتها بقدراتها. فهي تعرف أنها تعيش في كذبة، وأن ما تظهره من قدرات ومهارات هي ليست لها فعلياً. ولكن ما الذي ستفعله عندما لا تكون أمها معها؟

هذا لا يعني أن علينا عدم مساعدة أولادنا البتة أو القيام ببعض الأشياء لهم، إنما ما نحتاجه هو تقييم كل وضع وسؤال أنفسنا: **أهذا اسثناء؟** والمقصود أن المساعدة إذا كانت آنية، فلا ضير من ذلك، بل ذلك سيكون هبة. ولكن إذا اصبحت المساعدة عادة اي إذا راح ابني يتوقع مني أن أساعده دائماً وراح يعتمد عليّ للقيام بفروضه، فعندئذ سيتأذى ويصبح اتكالياً وكسولاً وعديم القيمة.

قد يكون للإفراط في الحماية أسباب عدة. فلنحلل بعضها.

لماذا أنا شخص يفرط في حماية أولاده؟

- **أخلط ما بين الحماية المفرطة والحب**

قالت لي أم مرة: «بقيت أعد سندويشات المدرسة لأولادي حتى تخرجوا من الصفوف الثانوية»، قالت ذلك بفخر مقتنعة أنها قامت بدورها كأم. «لأني أحب أولادي، أفعل بالتأكيد كل شيء من أجلهم».

يظهر هذا النوع من الأهل عن عاطفتهم لأولادهم عبر تسهيل الحياة عليهم بحيث لا يحتاج أولادهم إلى بذل أي مجهود ويصبح هؤلاء الأهل خدماً لأبنائهم معتقدين أن مهمتهم تقتضي حمايتهم من الجور أو خيبة الأمل ومن أي مواجهة أو محنة.

- **يعطيني الإفراط في الحماية سبباً للعيش ويجعلني أشعر بأنه لا غنى عني**

علّقت أمامي إحدى النساء على زوجها قائلة إن أمه كانت تفرط في حمايته.

> «أسف زوجي دائماً لأنه لم يحصل على شهادة جامعية. فبعد إنهائه المرحلة الثانوية انتقل إلى مدينة أخرى ودخل الجامعة لكنه لم يذهب إلا شهرين فقط. فحالما وجد عذراً، عاد إلى القرية هو وأمه. هل تصدقين أن أمه كانت تكوي في فصل الشتاء الشراشف كل ليلة ليجد فراشه دافئاً عندما يأوي إلى سريره؟..

يعكس الكلام التالي حب أمّ أفسده إحساسها المفرط بأهميتها: «ما دمت بحاجة إليّ فسوف أحقق الهدف من وجودي في حياتك، وهذا ما يعطي حياتي هدفاً. أنت سبب عيشي في هذه الدنيا لذلك أنا لا أريدك أن تنضج. إذا استقلّيت بحياتك فلن يعود لوجودي أيّ معنى. إذا لم تعد بحاجة إليّ فسوف تكفّ عن حبك لي. لهذا السبب أنا بحاجة لأن أبقى شخصاً لا يمكنك الاستغناء عنه في حياتك».

يريد أهل كهؤلاء أن يكونوا دائماً إلى جانب الولد. أحب دائماً ان أذكر هذه القصة على محمل النكتة وهي عن فتاة أخبرت أمها أنها ستتزوج فسألت الأم: «آسفة يا عزيزتي. من ذلك الذي قلتِ إننا سنتزوّجه؟»

الواقع أن عاقبة الإفراط في الحماية وخيمة فهي تجعل نموه العاطفي هشاً،ضعيفاً معكّراً بالخوف وعدم الشعور بالأمان. فحاجة الأهل المريضة تجبر الولد على الاعتماد عليهما أو الشعور بالذنب. والطفل الذي لا يصبح مستقلاً، لن يكون أبداً قادراً على الوصول إلى نمو كامل.

نحقق نمونا الكامل كبشر أحرار عندما نختار قدرنا ونتخذ القرارات ونقبل المسؤوليات المتأتية عن العواقب. الطفل الاتكالي لن يصل أبداً إلى هذه المرحلة. الولد الاتكالي كالطفيليات التي لا وجود مستقل لها، فهو لا يقدر على التعرف إلى هذه القوة والنِعَم أو إلى كيانه المنفرد، ذلك أنه يعيش دائماً على حساب الآخرين.

- **تسمح الحماية المفرطة لي بالسيطرة**

يقول بعضهم إن الحياة كالنهر، تكيُّف أو تأقلم لا نهائي مع التغيير ولا يهم هذا التغيير سواء أكان طوبوغرافياً أو مناخياً أو عائداً إلى قوى غير مرئية فهو يجري أحياناً ببطء وسلام وأحياناً يتغير بشكل غير متوقع ليصبح طوفاناً. قد يكون سطح هذا النهر كمرآة هادئة صافية، ولكنه يغشنا مخبئاً في أعماقه التيارات المائية. وهكذا هو نهر الحياة يعلمنا أن نتوقع التكيف مع تغيُّر إيقاع الحياة اللامتناهي. إنه يتطلب منا أن نكون مرنين وصادقين وهذا ما يقودنا إلى فهم أن لا شيء في العالم ساكن مستقر وأن لكل شيء حركة وتحولاً ثابتاً.

يقاوم الشخص المسيطر تغيرات الحياة. وبدل أن يتقبّل التغيير، يحاول أن يدفع الحياة إلى التكيّف مع الأشياء المفضلة لديه. هو غير قادر على القبول بعدم الأمان وبما لا يمكن التنبؤ به، والسبب هو عدم وثوقه بقدرته على معالجة الأمور بالشكل المناسب. وخوفه من الفوضى يدفعه إلى محاولة التحكم بكل شيء، مقنعاً نفسه،عبر محاولته تنظيم ما حوله، بأنه هو الذي يتحكم بالأفعال والأحداث. تجده يحاول إلغاء كل ما هو مزعج ومؤلم وشاق أو كل شيء قد يعكّر صفوه. ولكن بينما يحاول السيطرة على كل شيء يدخل أولاده في خانة «كل شيء»

> «لا أحب صديقك ذاك. هو غير مناسب لك. أنت تستحق من هو أفضل منه. ماذا قلت إن والده يعمل؟ لا أريد أن أراه ثانية. أهذا مفهوم؟».

يقرر الأهل المسيطرون من يمكن أن يكون صديقاً لابنهم ومن لا يمكنه ذلك ويقررون كيف يلبس ويتصرف وماذا عليه أن يدرس وما الهوايات التي عليه ممارستها. وبسبب هذا يبيد هؤلاء شخصية الطفل ليصبح نسخة عن أحد والديه، ذلك أنه حُرم من فرصة التعبير عن جوهره. إذا كان يملك الجَلَد والقدرة على الاحتمال، سيحاول التمرد وإبعاد نفسه. وإن لم يكن يملك مثل هذه القدرة على الاحتمال، فسينتهي به المطاف بأن يتطابق مع ما يريده أهله أن يكون عليه. بعض الأولاد يخضعون ويكبرون جاهلين الفرص التي فقدوها لأن تسلُّط الأهل عليهم دمر حرية الطفل في اكتشاف هويته ورغباته.

تخضعنا الحياة نفسها أحياناً لعكس ما نريد. ما الذي يحدث حينما تحاول الأم توجيه حياة ابنتها؟ كم من المرات انتهى الأمر بالفتاة بأن فعلت عكس ما حرمته عليه أمها؟. كررت إحدى صديقاتي مراراً وتكراراً أن آخر شيء تريده لابنتها هو الزواج بشخص مطلّق. أتعرفون من تزوجت ابنتها؟ بالتأكيد رجل مطلق. ما نخاف منه يجذبنا فنقع فيه. للناس الذين يعتمدون على مزاجهم طرائقهم المتعددة في التحكم:

- عندما يكون الطبع السريع الانفعال مسيطراً على أحد الأبوين، فهو يقوم بالسيطرة بالقوة. فهو يعتقد أنه يعرف ما هو الأفضل لابنه مستخدماً الغضب والتهديد والترهيب للهيمنة عليه. ويا ويلتاه إن لم يطع الولد! سيدفع ثمن عدم إطاعته.

«إن لم تسمع الكلمة فأنت تعرف ما الذي سيحدث!

سأصفعك على مؤخرتك»

قال أب بوجه محمّر غضباً: «أنا أراقبك يا فتى. استمر على هذا وسترى ماذا سأفعل بك»

«لا تفكر في مجرد دراسة الفلسفة! فلا وجود للهيبيين أو غريبي الأطوار في بيتي. أسمعتني؟»

- الشخص السوداوي المزاج هو شخص حذق من الصعب أن تكتشف متى يحاول السيطرة لأنه متلاعب. هو معسول اللسان ومسالم يعرف كيف يطوِّع أولاده لما يريده منهم.

«يا حبيبتي أنت لطيفة! هل لك أن تسديني هذا المعروف؟» سألت الأم ابنتها ذلك بصوت عذب.

- كما أن شخصاً كهذا قد يستغل الأمور فيجعل الآخرين يشعرون بالذنب.

«لقد عملت جاهداً هذا اليوم. رأسي يؤلمني. لا أظنك تفكر في الذهاب إلى السينما وتركي وحدي. صحيح؟»

- والشخص ذو الطبع البارد يحاول، وهو يتوق إلى أن يكون والداً كامل المواصفات، أن يرسخ العادات الروتينية ويصر على القيام بكل شيء من أجل أولاده.

«الطقس بارد، جارد. لا تقلق! لقد جلبت لك كنزة»

- «أصعب تجربةً يعيشها هذا الشخص هي تقبّل أن أولاده يكبرون والسماح لهم أن يكونوا مستقلين.

«ليست المسألة أني لا أثق بك. ولكن هذا الأمر أخطر من أتركك تقوم به وحدك. دع والدك يرافقك».

- وأخيراً وليس آخراً هناك الشخص الاندفاعي الطبع (implusime). هذا الشخص يريد من أولاده أن يحافظوا على صورته في المجتمع فيصر على أن يلبسوا ويتهندموا ويتصرفوا بالشكل المناسب والسبب: «الجيران، ماذا سيقولون؟». يحاول الوالد الاندفاعي أن يسيطر على ما يفعله أولاده من أجل الحفاظ على المظاهر.

«كفى عبوساً واضحكي. ولا تنسي أن تقولي مرحباً لعمك وعمّاتك»، هذا ما همست به أم جاين لابنتها قبل أن يسيروا إلى بهو المكان الذي سيعقد فيه حفل زفاف ابنة أختها.

«ماغي. غيري ملابسك. لن آخذك معي وأنت بهذا الشكل. ماذا قد يظن الناس؟ أنك متشردة؟»

قد يبدو لك أن التحكم ليس عملاً مؤذياً ولكنه في الواقع هدّام لأنه يفرض بشكل اعتباطي معايير الأهل على الولد، منكرين عليه فرصة نموه بحرية تساعده على تنمية شخصيته وإيجاد طريقه في الحياة. التحكم في الواقع يحرم الإنسان من أهم مقدراته الشخصية وملكاته العقلية: حرية الإرادة. هل يمكن لأي إنسان أن ينمو بشكل كامل إن لم يكن يملك الحرية على اتخاذ خياراته وتحمل مسؤولية عواقب خياراته؟ عندما نتحكم بالأولاد، نحكم عليهم بالبقاء غير ناضجين.

علينا بدل التحكم بأبنائنا، أن نثق بقدرتنا على إثارة ثقتهم بأنفسهم. ولأن الحياة ملأى بأوضاع لا يمكن التنبؤ بها، فهذا يعني أنه لا يمكننا أن نتوقع أن كل شيء سيكون بحسب ما

تشتهيه أنفسنا أوأن الظروف قد تكون ممتعة ومرضية. ولكن إن لم يكن من ضمن إمكانيتنا القدرة على التحكم بالعالم المحيط بنا، فلنثق على الأقل بقدرتنا على تنمية قدراتنا المطلوبة لمواجهة الحياة. ومع أننا لا نستطيع التحكم بما هو ليس ضمن مملكتنا، إلا أننا على الأقل نقدر على أن نتعلم الثقة بأنفسنا في مواجهة الحياة بثقة عارمة بالنفس. إن كل وضع أو ظرف يقدم لنا فرصة للتعلم والنمو فتصبح معها الحياة مغامرة والعالم مكان مثير نكتشفه.

العبارات التوكيدية التي على الأهل المسيطرين ترديدها

- سأتخلى عن التحكم والسيطرة وأثق بمسيرة الحياة
- أنا شخص مرن أتكيّف مع التغيرات التي تحدث في الحياة بشكل دائم
- أثق بالحياة وقدرة طفلي على التعلم والنضج

أنا أفرط في حماية أولادي بسبب الخوف

نخاف من كل شيء عندما يتعلق الأمر بأولادنا. نخاف أن يتأذوا، أن يعانوا، يمرضوا، يفشلوا أو أن يكونوا تعساء. ومن الطبيعي أن يشعر الأهل بهذه المخاوف. ولكن إذا سمحنا لأنفسنا بالسيطرة على حياة أبنائنا، سيبدأ الخوف بالتدخل بحبنا لأبنائنا فنصبح أشخاصاً نحمي أولادنا بإفراط. وعندما يسيطر الخوف، تفقد الحياة رونقها لأن العيش مع الخوف يضعفنا.

من أكبر المخاوف الشائعة عند الأهل خوفهم من أن يتركهم أولادهم عندما يكبرون. جميع الأهل الذين يستمتعون بوجود أبنائهم يتمنون أن يبقى أولادهم إلى جانبهم إلى الأبد. أن يدركوا أن أبناءهم يكبرون وأنهم بحاجة إلى أن يجربوا أجنحتهم هو أمر يُحزن الأهل الذين يعرفون أنه لن يطول الوقت قبل أن يرحلوا إلى الأبد. الواقع أن هذا الحزن جزء طبيعي من عملية الانفصال أي ظاهرة عارض «العش الفارغ». فعندئذ يتربع الشعور بالخوف وذاك الألم يرافق الخسارة.

قد يمنعنا هذا الخوف من أن ندرك أن أولادنا يكبرون وأنهم يحتاجون إلى علاقة مختلفة معنا. ولكننا نعتقد بشكل لاواع أننا إذا أنكرنا التغيير، وبقينا نعتبر أبناءنا شباباً صغاراً، فسيبقون سائرين على الدرب الذين نريده نحن. عندما ننادي جوزيف ابن الثلاثين بجوجو كما كنا نفعل عندما كان صغيراً فهذه إشارة واضحة إلى أن التأقلم معدوم وكذلك هو الحال عندما تقول امرأة بفخر: «سيبقى في نظري طفلاً مهما بلغ من العمر»

«جاكي لا يمكنك الخروج بدون كنزة في هذا البرد». ولكن جاكلين ابنة الثامنة عشرة ردت عليها: «أنا بخير يا أمي. لست بردانة»، «ستمرضين. أعرف ما أتكلم عنه. اذهبي وضعي عليك كنزة». «لا أريد. اتركيني وحدي»، هذا ما كان عليه رد البنت الساخطة وهي تهرع خارجة من المنزل.

إذا ما اعتقد الأهل أن الأبوة الصالحة تعني الاستمرار في

الاهتمام بجميع حاجات أولادهم، لن يدركوا أنهم يكبرون وأن عليهم اتخاذ قراراتهم بأنفسهم. أما اتخاذ القرار نيابة عنهم فيحرمهم من فرصة تعلُّم تحمل مسؤولية حياتهم. جاكلين سئمة ومتعبة من أمها التي تظل تقول لها افعلي كذا ولاتفعلي كذا، ولأنها مراهقة تملك عقلاً راجحاً فهي تتمرد. ولهذا، حتى لو كانت بردانة سترفض ارتداء الكنزة فقط لأنها لا تريد أن تعطي أمها المتعة بالتحكم فيها.

وإذا كان من الجهة الأولى هناك خوف وقلق من الانفصال، ففي الجهة الأخرى سيكون هناك الفرح في مساهمتنا في إنضاجهم والمتعة في اعتبارهم راشدين مستقلين آمنين.. على حبنا لأولادنا أن يجعلنا نريد لهم أولاً وأخيراً الأفضل.

على الحب ورغبتنا في أن يصبحوا أناساً أحراراً، أن يكونا أهم بالنسبة لنا من الخوف والألم من فقدهم.

يقتضي الحب أمرين: الاحتضان والرعاية ثم إطلاق السراح وهي أمور متناقضة ولكنها أساسية لإظهار الحب الأبوي.

علينا كتربويين التعوّد على الأسئلة التالية:

كيف نحمي بدون أن نُضعف؟

كيف ندعم بدون أن نخنق؟

كيف نساعد بدون أن نعيق؟

كيف نكون موجودين بدون أن نفرض حضورنا؟

كيف نصحح بدون أن نثبط العزيمة؟
كيف نرشد بدون أن نتحكم؟
كيف نحب ونحرّر؟

حتى نحقق التوازن نحتاج إلى الوعي.

يخشى بعض الأهل أن يعاني أولادهم مما عانوه من محن، لذا يسقطون تجاربهم على أولادهم ويحاولون في الوقت ذاته مساعدتهم على تجنب معاناة شبيهة بمعاناتهم.

«عندما كنت في الخامسة عشرة، ذهبت إلى حفلة وهناك قام ولد سكران باغتصابي. لا أريد لابنتي أن تخوض التجربة ذاتها لذا لم أسمح لها بالذهاب إلى الحفلات ولا أدعها تخرج وحدها، علماً أنها أصبحت في العشرين من العمر. وما أفعله هو من أجل مصلحتها».

وهناك قصة أخرى عن أم أنجبت يوماً ولداً غير شرعي، راحت هذه الأم تعلِّم ابنتها أن جميع الرجال «وحوش» ولم تسمح لها بأن تصاحب أحداً. ولكن إذا كبرت هذه البنت مع هذا الاعتقاد السلبي عن الرجال فستجذب هذا النوع من الرجال لأن واقعها سيطابق ما تتوقعه من الحياة من توقعات موجودة في عقلها الباطني.

لسوء الحظ أننا عندما نسقط مخاوفنا ورعبنا على أولادنا، ندمر حياتهم. وعندما نتصور وجود مخاطر منافية للعقل، فنحن بذلك نحميهم من وحوش غير موجودة وباسم الحب لا

نسمح لهم بالعيش والاستمتاع بحياتهم. فيكبرون وهم يعيشون في رعب بدون أن يعرفوا أحياناً السبب وراءه.

الأهل الذين يسقطون مخاوفهم على أولادهم، يفقدون التوازن. فعلى سبيل المثال، إن الأب الذي عانى من حرمان مادي في صغره، تجده اليوم يعطي ابنه بإفراط وعندما يحرمه من شيء ما، يشعر بذنب رهيب. والوالد الذي كان والداه مستبدين، يربي أولاده في فوضى عارمة ولا يقدر على فرض أي حدود. والأم التي ترعرعت في كنف «الهجر» تتمنى ألا يغيب أولادها عن ناظريها أبداً. إنه التأرجح من تطرف إلى آخر وهنا الأولاد هم من يعانون من العواقب. الأهل الذين يعوضون عن حرمانهم، يضحون بأبنائهم أثناء قيامهم بذاك التعويض.

هل يا ترى يمكن إلغاء الخوف من حياتنا؟ لا، ليس ممكناً. **ولكن عوض السماح للخوف بأن يدير حياتنا، علينا التحكم به.** للخوف وظيفة غايتها الحماية فهو ينذرنا عندما نكون في خطر وقد يكون أيضاً مؤشراً ومحفّزاً للتغيير. إذا ما لاحظنا متى يظهر الخوف، تمكّنا من العمل على ثقتنا بأنفسنا. مثلاً، إذا كنا نشعر بالخوف عندما نلتقي بالغرباء، فعندئذ علينا أن نُدرك أن المطلوب العمل على تقوية ثقتنا بأنفسنا على صعيد العلاقات. وإذا كان الواحد منا يشعر بالثقة بنفسه في وجود الرفاق ولكنه يشعر بالخوف إذا كان وحيداً فليعمل على حل هذه النقطة. يجعلنا الخوف نعرف متى نكون غير آمنين فيمكننا عندها من التوّجه إلى حيث الحاجة إلى العمل على داخلنا.

القليل من الخوف مساعد لنا بل باعث على التحدي أيضاً، أما الكثير منه فيشلنا ويحول بيننا وبين العيش حتى الذروة. عندما أسمح للخوف بالسيطرة على حياتي، إنما بذلك أجعله يؤثر في إرادتي ويمنعني من اتخاذ الإجراءات والنتيجة أن أعجز عن الحركة وان أفقد الفرص التي تقدمها الحياة لي وأن أحكم على نفسي بالعيش عيشة محدودة ضيقة متوقعاً الأسوأ، ممرراً هذه المشاعر إلى أولادي.

إحدى الطرق التي تساعد على التخلص من الخوف هي مواجهته مباشرة. الواقع أن تجاهل الخوف أو كبحه أو محاولة الهرب منه يضعفك ويقوي تأثيره ومفعوله.

معظم مخاوفنا هي من بنات أوهامنا، فنحن نخلقها ونسمح لها بالتوسع ثم نشكو عندما تؤثر فينا أو تسيطر على حياتنا. لقد علّق مارك توين مرة: «في حياتي آلاف المخاوف ولكن معظمها لم يحدث قط في حياتي»

إذن أصغ بحذر إلى صوت الخوف في عقلك ولا تدعه يهزمك. تذكر أن الشخص الشجاع ليس شخصاً خالي القلب من الخوف بل هو شخص يفعل ما يحتاج القيام به رغم خوفه. ثق بنفسك ودع الخوف يعرف من هو السيد.

> «نعم، أنا أسمعك ولكني قررت التصرف رغماً عنك، فلن أجعلك تستطيع الحؤول بيني وبين القيام بما أريد وبيني وبين إسعاد أولادي ومساعدتهم على الترعرع وهم أحرار في اختبار الحياة والاستمتاع بها».

أسئلة علينا التفكير فيها

- عندما كنت طفلاً هل كنت محاطاً بأشخاص خائفين؟ وماذا كانت مخاوفهم؟
- أما زالوا يلازمونني؟
- ما هي مخاوفي على صعيد أولادي؟
- هل تمنعني مخاوفي من الاستمتاع بالحياة؟
- أو تمنعني من اتخاذ القرارات؟
- هل تمنعني من الاستمتاع بأولادي؟
- هل هناك أسباب فعلية لمخاوفي أو أنها فقط من بنات مخيلتي؟
- كيف يمكن أن أسيطر على مخاوفي؟

العبارات التي على الأهل الخائفين تكرارها

- قررت أن أربي ولدي وأنا متحرر من مخاوفي وقلقي
- سأتغلب على مخاوفي في سبيل إرشاد طفلي بثقة
- قررت أن أتحمّل المسؤولية وأن أتصرف رغماً عن مخاوفي.
- سأعلّم أولادي أخذ الحيطة والحذر إنما بدون أن أزرع فيهم الخوف

انا افرط في حماية أولادي بسبب الريبة

علقت أمامي أم صبي في الثامنة من عمره قائلة:

«إذا تركته يستحم وحده، سيستحم على طريقته

فسألتها عندئذ «وبأي طريقة تحمينه؟»

يجعلنا التكبر نعتقد أننا وحدنا من يجيد القيام بالأمور بالشكل الصحيح. إذا قارنا ما بين أنفسنا وما بين الولد الذي ما يزال في طور النمو، فمن المؤكد أن نجد أنفسنا أكفأ منه وأكثر خبرة. وعندما نريد أن نظهر تفوقنا، وإن كان ذلك بشكل لاواع منا، فإننا بذلك نعترض حاجة الولد إلى اكتساب المستوى ذاته من السيادة والبراعة. والولد الذي لا يحاول ويجرب، لا يتعلم. ومع الوقت يصبح كسولاً، اتكالياً وعاجزاً عن العيش عيشة طبيعية.

يحتاج الواحد منا، بدل أن يرتاب في قدرات الولد، أن يعلمه القيام بالأشياء وحده. الأمر أشبه بتعليم موظف تشغيل آلة ما، في البداية نراقبه حتى نقتنع بكفاءته وهكذا هو الحال مع الولد، فما علينا القيام به هو تكريس الوقت الكافي لمساعدته على التعلم. يحتاج الولد أن يراقبنا بانتباه كامل ونحن نقوم بالأشياء وبعد ذلك عليه المحاولة مراراً وتكراراً حتى يستطيع القيام بها بكفاءة. أثناء هذه المحاولات سيرتكب الأغلاط وستكون النتائج غير مثالية غالباً ولكننا إذا كنا صبورين فسيكتسب شيئاً فشيئاً المهارة. إذا كنا نقدر على الصبر على الموظف فلماذا لانقدر على ذلك مع أبنائنا.

تسنت لي الفرصة كوني تربوية أن أعلم أولاداً صغاراً جداً كيف يلبسون ويقومون بالأعمال المنزلية كترتيب الطاولة وتقشير الفاكهة والخضار وتقطيعها وغير ذلك.. عندما دعوت الأهل ليروا ما يفعله أولادهم، وجدت على وجوه أغلبيتهم

الدهشة مما قدر هؤلاء الصغار على القيام به وبدوا أنهم لا يفهمون لماذا هم غير نافعين في البيت في هذه الأعمال. وعندئذ كنت أسأل: «هل أعطيت الولد فرصة للقيام بهذه الأشياء في البيت؟ هل طلبت تعاونه؟ هل كنت صبوراً معه»؟ وغالباً ما ردوا بخجل بـ«لا».

الحماية المفرطة والولد المعوّق

عندما يكون الولد معوّقاً يزيد الميل إلى الإفراط في الحماية. وإذا كانت حالة الولد تثير الشفقة، فسنقوم بشكل تلقائي بكل شيء لتسهيل الأمور عليه معتقدين خطأً أننا إذا وفّرنا عليه أي جهد، نخدمه معوضين عن إعاقته بتفانينا له. وهذا أبعد ما يكون عن الواقع، إذ يحتاج الولد المعوّق إلى التشجيع ليتمكن من بذل أقصى جهد للتغلب على إعاقته وللوصول إلى أقصى قدراته. وكلما كانت الإعاقة أكبر، زاد الجهد الذي عليه أن يبذله ليتعلم، ولكن الشعور بالرضا عنده سيكون أكبر أيضاً. يواجه الطفل المعوّق تحديات هائلة ويحتاج إلى دعمنا وليس إلى حل مشاكله، على أن نعمل على مساعدته في تنمية إرادة عنيدة لتؤازره عندما يتوجب عليه أن يحاول ويحاول. لعل أسوأ ما يمكن أن نقدّمه له هو الدلال، الأمر الذي لن يؤكد على إعاقته الجسدية أو العقلية فقط بل سيضعفه نفسياً أيضاً. والرسالة التي سيتلقّاها من تدليله هي: «أنت غير قادر ولن تقدر أبداً على القيام بالأمور. ستظل بحاجة إلى مساعدتي دائماً وأبداً». وعندما نحلّ مشاكله ونقوم

نيابة عنه بالأعمال التي عليه القيام بها، سيتعزز عجزه واتكاليته مبررين له تكاسله ولامبالاته وافتقاره إلى روح المبادرة. الطفل الذي كان يمكن أن يتخطّى مشاكله بالرغم من إعاقته، وأن ينجح، يصبح بسبب تلك المعاملة راضخاً مستسلماً. وقد تخيفه إعاقته ويشك حتى بقيمته كإنسان. شفقة الراشدين عليه تزرع بذور الشفقة على الذات فتكبر هذه البذور ويصبح عندما يكبر معوّقاً نفسياً أيضاً ويصبح عندها عاجزاً بكل معنى الكلمة.

على الذين يرعون الطفل المعوّق أن يراقبوا عن كثب مخاوفهم وشعورهم بالذنب وينتصروا عليها. وهم بحاجة أيضاً إلى التغلب على الشعور بالذنب الذي يهمس في آذانهم: «لماذا هو الذي يعاني وليس أنا؟» أو «النعم التي أنعمها الله عليّ كثيرة فلماذا لا أساعده». «اخدمه ولب حاجاته، تشعر بأنك أفضل حالاً». ينصب الشعور بالذنب لنا الفخ عندما يعدنا بأننا إذا قمنا بما يمليه علينا... فسننعم براحة الضمير. إن أهل المعوّق أو إخوته الذين يسمحون للشعور بالذنب بالسيطرة عليهم، سيلجؤون إلى التدليل والتساهل، غير مدركين أن ثمن الإفراط في التعويض عن عجز الولد هو أن يجعلوا من هذا الولد شخصاً عاجزاً بشكل كلي.

تؤثر الشفقة بشكل سلبي في المعوّق رغم أنه يكون جائعاً إلى التعاطف والرحمة. ما الذي يعنيه ذلك؟ الشفقة كريهة تعافها النفس لأنها تضعفنا وتشلنا وتحبطنا ولأنها أقرب إلى الاستغلال والابتزاز. أما الرحمة، على العكس من ذلك،

فتعني العناية بحب وحنان. عندما تترافق الرحمة مع الثقة والقبول تصبح ملهمةً لنا لأن الرحمة ترفع المعنويات وتدفئ الروح، والثقة تقوي الإرادة، والقبول يزيد من الثقة بالنفس. الشخص المعوّق الذي يشعر بأنه محبوب ومدعوم نفسياً قد يبلغ أهدافاً لا يمكن أن نحلم بها والسبب أنه اكتسب الشجاعة وقوة الإرادة اللتين تسمحان له أن يقول: «نعم، أنا قادر على فعل ذلك».

البينة الواضحة على ما يفعله التشجيع هو خوان إيغناسيو راي الذي فقد وهو في الخامسة من العمر كلتا ذراعيه و ساقه اليسرى إثر تفشي الحصبة الألمانية والحمى القرمزية. ورغم هذا العجز الساحق استطاع خوان وهو في الثامنة عشرة أن يشارك في الألعاب الرياضية التي جرت في سيدني في أستراليا وربح ميداليتين ذهبيتين وميدالية برونزية في السباحة. وفي أثينا في اليونان ربح في العام 2004 ميدالية ذهبية وأخرى برونزية وفي العام 2008 في بكين في الصين ربح ميدالية ذهبية وحقق رقماً قياسياً عالمياً جديداً.

كيف استطاع أن يحشد جَلَدَه وصبره ليتغلب على عجزه الشديد؟ مما لا شك فيه أن خوان إيغناسيو يملك قوة روحية كبيرة ولكنه استفاد من دعم أمه غير المحدود، هذه الأم التي حثته على التفوق رغم عجزه. لقد سمعت هذه القصة مصادفة في مقابلة تلفزيونية مع أمه «سوكورو غونزاليس»:

كان خوان إيغناسيو يحب في الصباح أن يسحب ألعابه ليلعب بها. وعندما كان ينتهي من اللعب كانت

أخته هي من تجمع الألعاب وترتبها. في أحد الأيام سألت أخته: «إذا كان خوان قادراً على أن يخرج ألعابه فلماذا لا يقدر على إرجاعها؟». تلك الملاحظة جعلتني أتساءل فقررت أن أواجه خوان. في اليوم التالي قبل أن يبدأ باللعب قلت له: «إذا أخرجت ألعابك، سيكون عليك أن تعيدها إلى مكانها عندما تنتهي من اللعب»

تهمس الحياة دائماً في آذاننا لتوقظنا. رسائل كهذه نتلقاها من الآخرين ولكننا قد نبالي أو لا نبالي بها. أحياناً نصغي وأحياناً لا نصغي. في القصة الآنفة الذكر اختارت أم خوان ألا تدلل ابنها. وبدل ذلك حثته حتى يصبح مستقلاً وجعلته يعتبر إعاقته تحدياً عليه مواجهته بحزم وانضباط.

في مقابلة أخرى علّق خوان إيغناسيو قائلاً:

«أعطتني الحياة فرصة أخرى، ولكنها لم تعطني إياها عبثاً. أعظم درس تعلمته هو أن كل فرد منا يخلق عجزه العقلي والجسدي بنفسه.

«لقد تعلمت كيف أستخدم ما تبقى من جسدي حتى أصبح مكتفياً ذاتياً، مع أن ذلك تطلب جهداً كبيراً مني. في البداية بالطبع فكرت بأني عاجز ولكن والديّ بدل أن يدللاني بسبب عجزي، أجبراني على القيام بكل شيء أو فلنقل تقريباً بكل شيء وحدي. ولم تتم معاملتي في البيت على أني شخص عاجز وكان هذا أهم جزء في مراحل نموي.

«تعلمت أن أرتدي ملابسي وحدي رغم عدم وجود

ذراعين أستخدمهما وتعلمت أن أكتب، وعندما كنت في السادسة من العمر تعلمت السباحة كجزء من إعادة تأهيل جسمي وبعد ذلك تركت السباحة مدة سبع سنوات. وفي العام 1996 بدأت أسبح من جديد كتسلية وعندما تمت دعوتي للمشاركة في مباراة للسباحة وربحت، بدأت آخذ السباحة على محمل الجد».

اليوم يدرس خوان إيغناسيو التسويق في مدينة مكسيكو بعدما نال منحة دراسية في جامعة Monterrey Technology School. الحقيقة أن إنجازاته مصدر إلهام لنا جميعاً وقد بتنا نقدِّر ما قد يجلبه الجهد وقوة الإرادة والشجاعة إلى حياتنا.

وهنا مثال آخر للموضوع الذي ناقشناه. عندما كنت أدرس لأصبح مرشدة في Montessori، كان لإحدى زميلاتي ابنة مصابة بالتقزم. كانت الفتاة محاطة، في مرحلة رياض الأطفال، بالحب والرعاية في مؤسسة تعنى بالحالات الخاصة. ولكن عندما أصبحت في عمر الدخول إلى المرحلة الابتدائية، واجه والديها مشكلة إيجاد مدرسة جديدة لها. وكان لديهما خياران: إما تسجيلها في مدرسة صغيرة تتلقى فيها عناية خاصة حتى يأتي الوقت الذي سيكون عليها فيه الانتقال إلى مدرسة أكبر، وإما تسجيلها في مدرسة كبيرة منذ البداية حيث ستكون الشخص الوحيد القزم في المدرسة. مع أن عدداً كبيراً من الناس نصحوهما بالخيار الأول، إلا أن الأهل فضلا الخيار الثاني وشرحت الأم قائلة:

«عليها أن تواجه العالم وأن تتعلم أن تواجهه وحدها.

سيكون الأمر صعباً في البداية ولكنها بحاجة إلى القبول بحالتها وأن تتغلب عليها».

تطلّب القرار شجاعة هائلة، مع أن هذين الوالدين حاولا الإفراط في حمايتها إلا أنهما اختارا ما اعتقدا أنه الخيارالأفضل لها على المدى البعيد. عندما نركز على اللحظة الحالية نصاب بقصر في النظر فنفشل في رؤية ما هو مفيد لنا حقاً. وننسى أنه سرعان ما يمضي الزمان وأن ما يبدو أنه مناسب اليوم، سينقلب غداً إلى مشكلة. اليوم، ابنة زميلتي متزوجة وتحمل شهادة جامعية في العلاقات العامة وهي اليوم تعمل في مدينة مكسيكو في متاحف هامة. لعل والديها فخوران لأنهما كانا دائماً بالنسبة لها مصدراً للتشجيع بحيث لا تكون فقط قادرة على أن تواجه الحياة وحدها بل أن تكون أيضاً نموذجاً وإلهاماً للآخرين.

والخلاصة أنه على الرغم من أن تدليل الأهل لأولادهم مدمر إلا أن في جوهره شيئاً إيجابياً لأنه ينبعث من حبنا لأولادنا. ولكن عندما يُلوّث الحب بالخوف والتحكم والغطرسة والاعتداد بالنفس، سيصبح مؤذياً أكثر منه مفيداً. لا شك أن الطفل بحاجة إلى الحب إنما علينا أن نحرره من الملوّثات ليساعد هذا الحب الولد على التطور بكل الطرق الصحية. الواقع أن تطهير الحب يقتضي الوعي بميلنا إلى استغلال قصورنا والبدء بعملية النمو الشخصية بحيث لا ننقل إحباطاتنا واستياءنا ومخاوفنا إلى الجيل التالي.

ذهب رجل إلى طبيبه. بعدما فحصه قال له الطبيب:

«أنت تعاني من مرض جيني وراثي». فكر الرجل قليلاً ثم قال: «حسناً. دعني أكتب لك عنوان والديّ حتى ترسل الفاتورة لهما».

انتبه! قد تأتيك فجأة في الشهر التالي فاتورة! الذي يميز أهالي اليوم عن أهالي الأجيال السالفة هو رغبتنا في تربية أولادنا بوعي أكبر. إن امتلاكنا الحكمة لاختيار القيم التي ورثناها، أمر يجدر بنا نقله إلى أولادنا على أن نميِّز تلك التي تقويهم وتشجعهم وتفيدهم عن القيم التقليدية التي لم تعد مناسبة. علينا أن ننظف حبنا بحيث نربي أولادنا بشكل مثالي وبدون حمولة كتلك التي نحملها وكما قال انطوني ده مالو: «هكذا يسافرون خفافاً في هذه الحياة».

في الوقت ذاته على الواحد منا الاهتمام بعدم رفض كل شيء بدون التمييز ما بين الصالح والطالح... فالقول القديم ما زال يصحّ اليوم: «كيف ترى القشّة في عين أخيك ولا ترى الخشبة في عينك؟»، في إشارة إلى أننا نلاحظ أدنى خطأ عند الآخر ولكننا لا نرى المشكلة الكبيرة لدينا..

الخلاصة

الإفراط في الحماية هو القيام بأشياء للطفل أو الشاب يمكنه القيام بها وحده

أسباب الإفراط في الحماية:

- الخلط ما بين الدلال والحب

* استخدامه كذريعة للعيش بحيث يجعل الواحد منا يشعر بأن لا غنى عنه
* عندما أفرط في الحماية أشعر بأني مسيطر
* أفرط في الحماية بسبب مخاوفي
* أفرط في الحماية بسبب قلة الثقة

عواقب الإفراط في الحماية:

تخمد الحماية المفرطة إرادة الطفل وتجعله ضعيفاً، اتكالياً ولامبالياً. إنها تضعف الثقة بالنفس تاركة إياه خائفاً، جباناً، غير آمن. الدلال يجعل الطفل أو الشاب عاجزاً طوال الحياة.

سلوك الطفل المحمي بإفراط:

* يصعب على هذا الطفل التأقلم مع الأوضاع الجديدة بمفرده فيعتمد على الراشد لمساعدته.
* اعتاد أن يقوم الآخرون بالأعمال نيابة عنه وهو يتوقع أن يخدمه الآخرون.
* نادراً ما يكون شخصاً مساعداً وغالباً ما يكون متطلباً.
* يحتاج أن يساعده أحد في فروضه.
* أصدقاؤه وأقاربه أكثر منه استقلالية ومهارة.
* لا يقوم بالأشياء إلا إذا تم تذكيره بها أو مساعدته على القيام بها.
* متقلب المزاج، يتذمّر عندما يضطر لأن يقوم بعمل ما.

* جبان، لا يشعر بالأمان. ومع أنه يمتلك الإرادة إلا أنه يتراجع بجبنٍ.
* يشكو كثيراً من أن الأولاد يزعجونه.
* يبكي عندما يطلب شيئاً.
* بطيء، غير كفوء وكسول في معظم الوقت وليس لديه روح المبادرة.
* يصعب عليه التواصل مع الآخرين، وتجده يشكو دائماً من أن رفاقه يبعدونه ويتركونه وحده.
* أناني لا يراعي حاجات الآخرين.

سلوك الأهل الذي يحمون أولادهم بإفراط:

* أصر على القيام بفروض ولدي ومشاريعه المدرسية.
* إذا أزعجه أحد، أتدخل لمساعدته.
* عندما يبكي من أجل شيء، أسارع إلى إعطائه ما يريد.
* أحمل الأغراض عنه: كالكتب والكنزة والحقيبة المدرسية وغير ذلك.
* مع أنه قادر على القيام بالأشياء وحده، إلا أنني أقوم بإطعامه وتحميمه وإلباسه ثيابه وتمشيط شعره.
* لا أسمح له الذهاب بالرحلات الميدانية أو القيام بأي نشاط آخر خوفاً عليه من أن يصيبه شيء.
* أتحقق من كل ما يقوم به، وأجد دائماً ما يجب تصحيحه.

* أحميه من خلال التهديد فأقول له مثلاً: «إذا لم تنتبه فقد تدوسك سيارة وتقتلك».
* ألقمه الكلمات.
* أتجسس عليه وأفحص أغراضه.
* أتوقع ما سيفكر فيه وأتنبأ بكل حاجاته ورغباته.
* أشعر بأني منهك ومستنزف في نهاية اليوم وأشعر أيضاً بالقلق عندما أبتعد عنه.
* همي الوحيد هو ابني ومن أجله أعيش.
* مع أنه يعترض، أظل أناديه باسم التدليل.
* أختار له رفاقه.
* أبرر أخطاءه مدعياً: «ما حدث حدث لأنه متعب ولأنه يفتقد أهله».
* لا أسمح للراشدين بتصيحيح أخطائه لا سيما منهم أساتذته.
* أحب أن أراه معتمداً عليّ.
* لا أنتقد أولادي أبداً أمام الناس.
* أشعر بالذنب عندما لا أساعده.
* أرتب سريره وأغراضه حتى لو كان مراهقاً وحتى لو اعترض.
* أتحايل عليه ليفعل ما أريده أنا.

* كلما احتاجني ابني، ازدادت سعادتي برعايته وكأنه طفل.

الآراء والمواقف التي تبنيتها على صعيد تربية أبنائي قائمة على معتقدات وأفكار خاطئة ورثتها من أهلي أو من مخلفات التربية أو التعليم. فلننظر إلى بعضها:

معتقدات وأفكار خاطئة:

* لا يستطيع ابني القيام بالأشياء إلا إذا ساعدته.
* العالم مكان خطر ولن يكون في أمان إلا معي.
* تكون الغلطة غلطتي إذا لم...
* أنا الذي أعرف فقط كيف أقوم بالأشياء بشكل صائب.
* أنا مسؤول عن أغلاط ابني.
* أحميه من أجل صالحه.
* يجب أن تكون عائلتي كاملة ومهمتي أن أتأكد من أن كل شيء يجري بشكل منظم.
* سأكون دائماً بالنسبة لأولادي شخصاً لا غنى عنه.
* سيبقون دائماً أطفالي الصغار الذين يعتمدون على أمهم.
* لا يمكنك بالتأكيد أن تتكل على قدرة الأولاد كي يكونوا أشخاصاً جديرين بالثقة.
* حب الأولاد يعني القيام بكل شيء من أجلهم وتدليلهم دائماً بكل الطرق الممكنة.
* إذا جاريته بكل نزواته سيكون سعيداً.

* أولادي هم السبب وراء وجودي.
* عليّ أن أكون الأم أو الأب الكامل.
* لأنني أحب أولادي، أقلق عليهم.

هل بين ما ذكرناه ما هو مألوف لك؟ لعلك وأنت تقرأ اللائحة وجدت نفسك تفكر: «من الواضح أنها على غلط. لا أظن ذلك». ولكن إذا تطابقت بعض المواقف مع مواقفك فصدِّق أن أساسها عائد إلى الأفكار الخاطئة الراسخة في عقلك الباطني. عندما نراقب مواقفنا المتعلقة بأولادنا وأقاربنا، نعي أكثر فأكثر ما علينا معالجته في حياتنا.

قد يساعد تكرار هذا العبارات في تحويل المواقف المفرطة في الحماية.

العبارات التوكيدية التي على الأهل الذين يفرطون في حماية أبنائهم أن يقولوها

- أشجع ولدي على تعلم مواجهة الحياة وأساعده على تنمية شخصية مستقلة واثقة من نفسها
- أسمح لولدي بارتكاب الأغلاط مدركاً أن هذه الأغلاط وسيلة ليتعلم
- أساعد ولدي على تنمية قدرته على التعلم والنضج
- أتغلب على مخاوفي عبر السماح لنفسي بتركه يتعلم وحده
- أمدح قدرة ولدي على التعلم وحده

أسئلة ينبغي التفكير فيها

في عائلتي التي تربيت فيها:

* هل أفرط أهلي في حمايتي أو تجاهلونني؟ هل كنت أتوق إلى الشعور بالمزيد من الحرية؟
* هل وثقوا بي؟هل سيطروا عليّ أو أفرطوا في رعايتي؟.
* هل جعلوني أشعر بالذنب عندما تركتهم؟ كيف بدا رحيلي عندما غادرت البيت؟
* هل ما زال أهلي يتدخلون بحياتي؟

في عائلتي الحالية (الزوج، الأولاد):

* هل مستوى نضج ولدي يطابق عمره البيولوجي؟
* هل أعامله بحسب عمره؟ هل قدراته توازي قدرات من هم في مثل عمره من الأولاد؟
* ما هي مخاوفي بالنسبة لأولادي؟ هل مخاوفي تؤثر في اتخاذي لقراراتي؟
* هل أخشى أن أفقد حب أولادي لي، شاعراً أن وضع الحدود لهم يجعلهم يتوقفون عن حبي؟
* هل أخاف أن يكبر ويتركني؟
* إذا راح يكافح وحده بدون مساعدتي، هل أعتقد عندها أنه لم يعد هناك سبب لوجودي؟
* لماذا لا أكف عن القيام بالأشياء من أجله مع علمي أنني أساعد بأفعالي هذه على كسله وتراخيه؟

* هل أشعر أني لا أقوم بما فيه الكفاية من أجله عندما لا أسهل الأمور عليه؟
* هل يعترض ولدي لأني أتحكم به أو لأني أعامله كطفل؟
* هل أشك في أن بمقدوره أن يقرر بشكل حكيم وأتخذ من ذلك عذراً للتحكم بكل ما يقوم به؟
* هل أتدخل في شؤونه مدافعاً عنه لأني لا أتحمل فكرة أن يهاجمه أو يغيظه أحد؟

الفصل السابع

التربية الواعية: تدريب، تشجيع، وثقة

سأبدأ بتقديم بعض النصائح العملية. عندما يطلب منك ابنك القيام بشيء من أجله، اسأل نفسك هذه الأسئلة:

1 ـ مسؤولية من هذا العمل، مسؤوليتي أم مسؤوليته؟

2 ـ هل يمكنه القيام به وحده؟

3 ـ هل مساعدتك إياه أصبحت عادة تقوم بها أم الأمر هذه المرة استثناء؟

إذا كان العمل مسؤوليته وكان قادراً على تنفيذ المهمة وحده، ولكن مساعدتك إياه تصبح عملاً روتينياً فانتبه.

* توقف وقل: «آسف يا بني ولكن بإمكانك القيام بهذا وحدك بشكل جيد جداً»

* لا تشعر بالذنب ولا تسمح لتجهمه وتوسله إليك بإضعاف قرارك. تذكر أنه يحاول التحايل عليك.

* ابق حازماً، وشيئاً فشيئاً سيكف ابنك عن الاتكال على مساعدتك. أولاً سيجرب مقاومة التغيير ولكنه لاحقاً سيشعر بالفخر لأنه يقوم بالأعمال وحده.

كرر هذه العبارات بصمت لتحظى بالدعم:

«أنا أقوم بالعمل الصائب. ولأني الراشد، دوري أن أقرر ما هو الأفضل لابني. سأبقى حازماً في هذا الشأن».

وإذا أجاب قائلاً: «ولكني لا أقدر»، فأجب: «بل يمكنك القيام بذلك بكل تأكيد وسأساعدك على التعلم لتتدبر أمرك وحدك»

إليك السر: **لا تعط ابنك مساعدة اقل أو أكثر من حاجته.** لهذا السبب علينا الانتباه. مثلاً:

* إن لم يستطع الولد أن يزرّر كنزته، فأمسك الكنزة وهو يدفع الزر في مكانه. بهذه الطريقة يستطيع أن يختبر النجاح وأن يفكر: «لقد ساعدتني أمي، ولكنني قمت بذلك. أشعر بالفخر من نفسي»
* للولد الخجول قل: «سأرافقك ولكن عليك أن تطلب أنت المساعدة التي تريدها». قد يحتاج إلى التدرب على ما سيقوله ليشعر بالأمان والثقة ومع ذلك سيلتمس منك المساعدة ولكن عليك أن تبقى حازماً في قرارك
* عليك أن تقول للمراهق الخائف من القيادة: «سأقول لك متى تغير السرعة وسأساعدك في ركن السيارة عندما نعود».

عليك بمعنى آخر أن تنمي الحاسة السادسة عندما يتعلق الأمر بمتى تدعم وكم عليك أن تعطي. فالإفراط في العطاء

تساهل وتدليل، والتقليل من العطاء هو تجاهل. عندما يحدث التوازن، يشعر الطفل بالدعم والشعور بالرضا لأنه يعرف أن بإمكانه أن يصل إلى غاياته.

التدريب

- **خذ الوقت الكافي**

يشكو عدد كبير من الأهالي من أنهم يقومون بكل شيء لأولادهم ولكنهم غير راغبين في مساعدتهم على الاتكالية.

من هنا أقول إن التوصية الأولى التي أنصح بها هي أخذ الوقت الكافي لتعليم ابنك مهارة ما. تخيل أنك تقوم باستثمار بعيد المدى. هذا الأسبوع سأعلمك كيف تربط حذاءك، وخصص نصف ساعة من وقتك في النهار لتعليمه ربط الحذاء. وبعدئذ توقف عن ربطه بنفسك، سيشعر حينها بالرضا والفخر من قيامه بهذه المهارة وحده. اقتل عصفورين بحجر واحد: استثمار الوقت لتعليمه شيئاً وتجنب قيامي بهذه المهارة بنفسي محضّراً إياه من أجل الحياة المستقلة.

تأخذ وقتك الآن لتحصد الغلة غداً.

- **تصرف بدل أن تتكلم**

عندما يولد الطفل نلاحظ مدى ضعفه وهشاشته فتجعلنا غريزة الأمومة أو الأبوة نرغب في العناية به بشتى الطرق الممكنة، وعندما ينمو ويكبر تكون رغبته في الاستقلالية واضحة. فالولد يقول لنا بدون كلام: «أريد أن أكون مثلك يا

ماما وبابا. أريد أن أصبح كبيراً فأهتم بنفسي». لتحقيق هذه الرغبة تنبعث رغبة التقليد فترى الولد يقلد الراشد عن غير وعي منه ساعياً إلى السيطرة على المهارات المطلوبة ليصبح مستقلاً بذاته. التقليد هو الأداة التي يتعلمها الولد ليكبر ويصبح مكتفياً ذاتياً.

حتى السابعة من العمر يتعلم الولد من خلال العمل ولهذا السبب تجده يقلد حركات الراشدين. عندما تكنس الأم البيت، يرغب هو أيضاً في الكنس. وعندما تقرأ، يرغب في القراءة أيضاً. وحينما تتكلم على الهاتف، يرغب في القيام بالشيء ذاته. من الجميل حقاً أن نرى كيف يستخدم الطفل كل لحظة لينسخ المواقف والحركات ونبرة صوت الراشدين.

جرّت سلينا ابنة الأربع سنوات لعبتها إلى غرفة نومها. وقالت وهي توبخ اللعبة: «طفلة سيئة، طفلة سيئة». ومن ثمّ أجلستها على الكرسي في الزاوية: «الآن ابقي هناك ولا تنهضي». وعبست وهي تغلق باب غرفتها.

ليس من المفاجئ أن تفكر أن أم سلينا تعاقب ابنتها بهذه الطريقة. فالطفل يراقب بانتباه كامل كل ما يقوله أو يفعله الراشد ويكرره بحذافيره بصدق وبدون نقد، فكل شيء بالنسبة إليه يستحق التقليد. وبناء عليه نقول إن أمام الراشد الذي يعيش على مقربة من طفل صغير مسؤولية أن يكون قدوة جيدة.

أذكر أم أحد تلاميذي وهي تقول لي: «ليس عليّ أن أسأل عما يجري في صفك اليوم، إذ يكفي أن أراقب بولا

تلعب لعبة المدرسة لأعرف. إنها تبدو مثلك تماماً بحيث أخالني أحياناً أراك هناك حقاً»

يمكن ملاحظة مرحلة التقليد بوضوح عند الطفل الصغير ولكننا نظل نلاحظها حتى التاسعة من العمر. باستطاعتنا الاستفادة من حماسة الطفل إلى التعلم في هذه المرحلة وتعليمه مهارات تخوّله أن يصبح مستقلاً، فهذه الاستقلالية تعطيه الثقة بالنفس وتعيد تأكيد شعوره بالكفاءة عندما ينجز شيئاً ما وحده.

خلاصة القول إن الولد يتعلم من مراقبة الأفعال أكثر مما يتعلمه من خلال سماع الشروحات والتفسيرات. وبدل أن تشرح له، دعه يراك تطبق مهاراتك ومعارفك. لا بأس أن يصاحب أفعالك بعض الشروحات البسيطة ولكن لا تعلمه أبداً كيف يفعل الشيء عبر الكلمات. الطفل بحاجة إلى رؤية الأمور وهي تُنجز.

- **علّمه العملية كاملة**

فلنقل إنك إذا أردت أن تعلميه كيف ينظف شيئاً، فأريه أين تضعين الممسحة أو رقعة التنظيف. بللي الرقعة وأريه كيف تعصرينها ومن ثم امسحي الأرض ببطء. اغسلي الرقعة واعصريها وانشريها حتى تجف. على كل نشاط تعلمينه إياه أن يتم خطوة خطوة. بهذه الطريقة عندما تطلبين منه القيام بما علّمته إياه، سيعرف ما سيقوم به. إذا كنت ستعلمين الولد كيف يقلي بيضة فأريه أين تضعين المقلاة واكملي العملية حتى

ينتهي الأمر بغسلك الأواني والأطباق. ليست المسألة تعليمه فقط قلي البيض بل الخروج من المطبخ وهو نظيف.

كم مرة وبخت الطفل أو المراهق لأنه لم ينظف المطبخ بعدما أعدّ شيئاً يأكله؟ أو بعدما استحم تاركا المناشف رطبة هناك والأرض مبللة؟ كم مرة وبخته لأنه يستعمل الأشياء ولا يردها إلى مكانها؟ إننا بحاجة إلى تعليمه العملية كاملة مصرين على إنهائه العمل وإعادة كل شيء إلى مكانه.

كل خطوة تعقبها خطوة أخرى. يجب أن تعطيه الوقت وأن تتحلى بالصبر حتى يتعلم العملية كاملة، ومع أن من الصعب التصديق إلا أن ذلك سيصبح عادة فيقوم بالعمل بشكل تلقائي.

- **نفّذ الأشياء ببطء**

عندما تريه كيف ينجز عملاً ما، قم به ببطء متيحاً له الوقت لمراقبة كل حركة تقوم بها. الطفل الصغير قادر على تنمية مهارات عدة ولكن سرعتها أبطأ من سرعة الراشد.

حتى ترى هذه الأحداث التعليمية الصعبة بعيني طفل، تصور أنه عهد إليك القيام بمهمة تحليل عدد الحركات المختلفة التي نقوم بها لتزرير قميص أو كنزة. حاول أن تتصور نفسك تصف كل حركة إلى شخص أعمى. نحن الراشدون لا نتوقف البتة عند التفكير في أشياء كهذه، لأننا كررناها مرات لا يحصى عددها، وما قد يبدو لك للوهلة الأولى مهمة بسيطة، ستكتشف لاحقاً أنك انخدعت عندما

تصورت أن وصف كل حركة في تزرير الكنزة مهمة سهلة. إن تعلم الولد ارتداء ملابسه بنفسه عملية تقتضي منه التحكم بحركات يدوية معقدة، والكمال هو أمر أكثر من صعب.

من التجارب الصعبة التي يواجهها الصغار القيام بأعمال منزلية بعد ارتداء قفّازين خاصين بالعمل في الحديقة. ضع القفازين السميكين وحاول أن تفتح جاروراً أو أن تطوي كومة من الملابس النظيفة. رتب المائدة وكن حذراً لئلا توقع الأواني الفضية أو الأكواب الزجاجية لأنه إن حدث ذلك فستقع في مشكلة. تصور أن عليك القيام بكل هذا بسرعة. محبط جداً، أليس كذلك؟ هذا ما يشعر به الولد عندما يجد نفسه أخرق وعاجزاً عن التحكم بيديه. حينها قد يفهم الواحد منا سبب انزعاجهم وشعورهم بالإحباط عندما نكون متطلبين وعاجزين عن دعمهم في تجاربهم.

آمل أن تكون هذه النماذج قد أقنعت القارئ بأهمية إعطاء الولد الوقت والصبر عليه عندما نحاول تعليمه مهارة. علينا أن نكون صبورين مع الطفل أو المراهق تماماً كما نفعل مع صديق أو موظّف نحترمه.

- **راقب**

حالما ترى ابنك كيف يقوم بالعمل، سيحتاج إلى التدرب عليه. وهو كأي شخص آخر بحاجة إلى القيام بهذا العمل مراراً وتكراراً.

سيأتي بعض الأصدقاء لتناول الغداء. عرضت دونا

ابنة الخمس سنوات أن تسكب الليموناضة في الأكواب. طلبت أمها منها أن تملأ الأكواب على منضدة المطبخ خشية على شرشف الطاولة من أن يتسخ وراحت تراقب ابنتها بطرف عينها وهي تجاهد لحمل الإبريق. وبينما كانت تملأ الكوب الأول، وقع وانسكب العصير على الأرض. همت الأم بالتدخل ولكنها عادت وقررت العكس وتابعت تحريك اليخنة. التقطت دونا الكوب ومسحت الليموناضة بقماشة المطبخ. ثم استطاعت أن تملأ سائر الأكواب بدون أي حظ عاثر. وحالما أصبحت الأكواب بأمان على الطاولة، تنفست دونا الصعداء بسعادة وحبور.

المراقبة تعني أن تختلس النظر بطرف عينك وتبقى محافظاً على هدوئك. ولئلا تثبط ابنك، عليك التحلي بالصبر والتقليل من تصحيح أخطائه إلى أقصى حد.

يتعلم مارك قيادة السيارة. أراه أبوه كيف يعدّل المرايا وكيف يشغل المحرك. وبعدئذ طلب من ابنه الجلوس في مقعد القيادة. شغّل مارك السيارة ولكنه تسرّع كثيراً. حاول الأب الساخط أن يكبح غضبه ولكنه صرخ فيه: «افعل كما قلت لك. لا تدر المحرك بهذه السرعة»

لعل أحد أصعب المهارات هو تعليم المراهق قيادة السيارة، إذ أجد دائماً أن الأمر ينتهي بالأب والمراهق أن يشعرا بالقرف والامتعاض. الصبر الذي نتحلى به مع الصغار

يغيب كلياً عندما نتعامل مع المراهق. فلأننا نراه قد أصبح كبيراً، لا نفهم لماذا لا يزال غير ناضج وننسى أنه يعاني من تغييرات عميقة تجعل نموه الجسدي متقدماً على نموه النفسي. الواقع أن المراهقين ما يزالون غير ناضجين من الناحية النفسية رغم أنهم جسدياً يبدون أشخاصاً راشدين.

المراهق كالطفل بحاجة أن ندربه، ولكن عندما نفعل ذلك علينا أن نعامله وكأنه صديق راشد. ومع أن المراهق ليس راشداً بعد، إلا أن هذه الطريقة هي الطريقة المناسبة لنريه كيف يصبح راشداً.. هذا يعني أن علينا أن نتحمل أخطاءه وأن نكون حذرين عندما نصحح أخطاءه، ذلك أن المراهق حساس جداً على النقد. التحدي الحقيقي في التعامل مع الراشد هو أن **تعامله كراشد وأن تصبر عليه كما تصبر على الولد الصغير.**

وبناء عليه، عليك عندما تراقبه أن تبقي في ذهنك ما يلي:

* عندما يتعلم الفرد منا شيئاً، لا بأس أن يرتكب الأغلاط.
* كن صبوراً.
* لا تتوقع الكمال لأنه غير موجود أبداً في دنيانا.

شجعه

ينسى معظم الأهل الخطوة الأخيرة: لا يهم حجم ما حققه ولدهم، الهام هو أن يتلقى الاعتراف المناسب به. **أهم عمل أمام المعلم هو تشجيع التلاميذ.**

التشجيع يعني:

* إعطاء الولد التحفيز الذي يحتاجه حتى يستمر في المحاولة.
* دعمه عاطفياً حينما يرتكب الأغلاط، لئلا تثبط همته.
* الإقرار بنتائج جهوده التي حصل عليها بنفسه.

عندما نعلّم الولد مهارة جديدة، علينا أن نعلم أنه سيرتكب عدداً كبيراً من الأغلاط. عندما سيملأ الولد كوباً من الماء، من المؤكد أنه سيريق الماء ويكسر الكوب. على الراشد أن يكون موجوداً إنما ليس من أجل توبيخه بل من أجل تشجيعه. وهذا يعني إعطاء الولد الثقة بالنفس بحيث يتمرن مراراً وتكراراً حتى يتوصل إلى التحكم بهذه المهارة. التشجيع يعني أن تدعم جهود الولد بحيث لا يستسلم عندما لا تجري الأمور بالشكل الصحيح. عندما يملأ الولد الكوب فيريق الماء، علينا أن نقول له: «لا بأس. حاول مرة أخرى. سأمسك أنا الكوب وأنت تملأه بالماء، وسترى أن بمقدورك القيام بذلك». عندما يتواجد راشد يشجع الولد، سيجد هذا الولد القدرة على إنجاز ما يهدف إلى تحقيقه. ويعطي التشجيع الولد أيضاً الدعم الذي يحتاجه لتحقيق أهدافه ويساعده على تنمية الثقة بالنفس.

جاءت لسلي ابنة الثانية عشرة عاماً باكية إلى البيت. «لقد تلخبطت ثلاث مرات وأنا ألقي الجزء الخاص بي في المسرحية. لقد ضحك الجميع عليّ». تقدم الأب

منها وضمها إلى صدره. «إنها المرة الأولى التي تقفين فيها أمام هذا العدد من الناس وقد كان عليك حفظ عدد كبير من الأسطر. لو كنت مكانك لتلخبطت أكثر منك بكثير». عندما رأى ابنته قد هدأت سألها: «اتحبين أن أساعدك في التدرب على أدائك المسرحي هذا؟ أعدك بأنك إذا تمرنت، سوف تؤدين دورك غداً بشكل أفضل بكثير»

المراهق كالطفل تماماً بحاجة إلى الدعم إذ تمر عليه أوقات كثيرة تثبط فيها عزيمته. يفهم بعض الأهل حاجة طفلهم إلى التشجيع ولكنهم لا يفهمون هذه الحاجة عند المراهقين. إنهم لا يدركون أن المراهق كالطفل الذي تعلم المشي فهو يخطو خطواته الأولى إلى عالم الراشدين ويشعر بعدم الأمان لأنه لا يعرف بعد ما الذي ينتظره، وما تظاهره بالشجاعة إلا واجهة وقناع يحمي بها ضعفه وهشاشته. أضف إلى ذلك أن الراشد يحتاج إلى التشجيع كحاجة الطفل إليه وذلك حتى يدرك أن ارتكاب الأغلاط جزء من الحياة ووسيلة للتعلم. يعطي التشجيع المراهق القدرة على المضي قدماً ويرفع معنوياته وثقته بذاته.

جون في الرابعة من العمر وهاهو يضع ألعابه في الخزانة. عندما وضع شاحنته الثقيلة الوزن في أعلى رف في الخزانة، وقعت الشاحنة جارةً معها كل الألعاب الأخرى. سمعت أمه قعقعة فاستدارت لترى ما الذي حدث ولكنها لم تتدخل. التقط جون ألعابه وهو

منزعج ووضعها في الرف العلوي ولكنه في هذه المرة وضع الشاحنة في الرف السفلي ورفع نظره إلى أمه وعلامات الرضا على وجهه. اقتربت الأم منه مبتسمة: «أحسنت عملاً. لقد وجدت للشاحنة أفضل مكان لها»

حينما نعترف كلامياً بالجهد الذي بذله الولد، يتشجع ليستمر في المحاولة. أما إذا نسينا أنه ما يزال يعتمد على الراشد ليعرف ما إذا كان يقوم بما يقوم به بشكل جيد، فسيشعر بالعزلة.

أمضت إيرين ابنة السادسة عشرة عاماً طوال الصباح في تنظيف غرفتها. وفيما كانت تجر كيسين مليئين بالزبالة قالت لعمتها: «أتصدقين أن هذه الزبالة كلها كانت في غرفتي؟». عضت العمة شفتها مفكرة: «ما يفاجئني أنك لم تجدي أكثر من هذا».

بعد ساعات دعت إيرين عمتها التي أثنت على عملها مادحة: «واو. يا للتغيير! أحب الطريقة التي رتبت فيها تلك الأصداف التي وجدتها على الشاطئ»

المراهقون كالأطفال بحاجة إلى الاعتراف وتقدير أعمالهم. الواقع أن المراهقة مرحلة صعبة من مراحل الحياة. حينما يشعر الشخص بالضعف، سيظل بحاجة إلى دعمنا. الاعتراف بصدق بنجاحه سيساعده على تعزيز ثقته بنفسه.

ولكن حذار! لا تترك الأمر يخرج من يدك.

انخرطت أم مايك ابن الثلاث سنوات في دورة تدريبية خاصة بالتربية وفيها تحدث المستشارون النفسانيون

عن أهمية الاعتراف بإنجازات الطفل. كان مايك خارجاً من الروضة عندما رأى أمه فهرع إليها ليلاقيها وكان يحمل في يده رسمة. ضمته أمه وأخذت تقول له: «لا بد أنها أفضل رسمة. انظر إلى هذا الفيل وإلى تلك الأزهار. أمك فخورة بك»

صعد مايك إلى السيارة: «الماما ترى أنك بت قادراً على ركوب السيارة وحدك. لقد أصبحت ولداً كبيراً». وعندما جلس قالت له: «أنا مسرورة جداً منك لأنك وضعت حزام الأمان. أنا فخورة بك». وعندما وصلا إلى البيت أرت الرسمة إلى زوجها: «ألا تظن أنها رائعة؟ هنئه عليها، لقد قام بها وحده. سنعلقها على جدار غرفته». وعندما دخلوا إلى غرفة الطعام قالت له: «عظيم. لقد غسلت يديك وحدك كولد كبير. أنا فخورة بك». «واو! انظر إلى طريقتك الرائعة في الأكل»!

تعتقد هذه الأم الحسنة النية أن عليها الاعتراف بكل عمل يقوم به ابنها. ولكن تعليقاتها ستفتقر إلى العفوية وسيتعوّد عندئذ مايك على الحصول على انتباهها الدائم. وهنا هي تخاطر بجعله يعتمد على تعليقاتها، والذي يحدث أنه عندما لن يتلقى أي تعليق منها سيشعر بالإحباط معتقداً أنها لا تأخذه بعين الاعتبار.

انتبه من هذا! عندما تصبح كشريط مسجلة يكرر نفس الكلمات، توقف عن هذا. راقب ابنك وامدحه فقط عندما يقوم بما يستحق الثناء عليه.

• **المدح والاعتراف ليسا شيئاً واحداً**

غالباً ما نبالغ عندما نمدح. قد يكون الإطراء بجودة العسل، حلو جداً ولكنه قد يبدو رياء. قد لايزعج هذا الطفل الصغير ولكنه سيزعج الولد والمراهق. عندما نمدحهم بدل أن نقدم لهم التشجيع، نولد لديهم ريبة بشأن بواعثنا وأهدافنا. وعندما يكونون مع رفاقهم، يشعرون بالحرج والانزعاج من مدحنا إياهم.

> **التقط الأب ابنه ريتشي البالغ من العمر خمس سنوات بعد مباراة كرة القدم. رحب بابنه بذراعين مفتوحتين: «هيا، تعال إليّ. من هو بطلي؟». ركض ريتشي إلى والده مبتسماً. بعد أربع سنوات كان أبو ريتشي ينتظر ابنه بعد مباراة كرة القدم. «كيف حال بطلي؟». «قلت لك أن تتوقف عن مناداتي بهذه التسمية؟»، هذا ما رد به ريتشي منزعجاً وهو يلتفت إلى رفاقه الذين كانوا يصفون.**

في الصغر يتلقى الولد المدح أو يستمتع به حتى ولكن عندما يكبر ينزعج معتقداً «أن أمه تقول ذلك لأنها أمه، ولكن ما تقوله ليس حقيقياً» أو «إنها تقول ما تقول لتجعلني أرتاح ولكني أعرف أن قولها غير صحيح». الواقع أن المراهق يرفض ويتعرف بسرعة إلى ما يبدو تلاعباً أو تظاهراً.

كيف نعترف ونقرّ ولماذا الإقرار أمر هام

• **يجب أن يكون الإقرار بسيطاً، عفوياً، وطبيعياً**

- أشكرك لمساعدتك إياي في حمل أكياس الخضراوات
- ما قمت به في كرة السلة رائع حقاً. . . . أنت تستحقه
- لقد كان يستحق منك، العمل على ترتيب خزانتك، كل ذاك الوقت. تبدو أفضل حالاً بكثير
- لقد أحسنت ترتيب المائدة

إن لم نبالغ بالطريقة التي نظهر بها اعترافنا بجهوده أو إذا فكرنا أن من الضروري التعبير عن رأينا له على كل شيء يقوم به، فسنساعد الطفل في أن يعترف لنفسه بالجهد الذي قام به بدل الاعتماد على آراء الآخرين. ولكن علينا أن نعرف أن هذه الخطوة تستغرق سنوات وأن علينا أن نصبر.

- **يسمح الإقرار للولد بالاستمتاع بالنجاح**

هناك أهل يعتقدون خاطئين أنهم إذا مدحوا الولد على نجاحاته، فسيتكاسل ويتوقف عن إجهاد نفسه. مع أن هذا يبدر عن الأمهات إلا أنني وجدت هذا الموقف بشكل خاص لدى الآباء. يرفضون التعبير عن رضاهم عندما ينجز الولد شيئاً ما هاماً فالأب هنا يعتقد أن الولد سيشعر بالاكتفاء فيتوقف عن المحاولة. ويبرر هؤلاء الآباء موقفهم قائلين إنهم بذلك يحفزون أبناءهم: «إذا حجبت عنه استحساني، سيحاول أكثر فأكثر». الوالد الذي يرفض أن يعبر عن رضاه على ما قام به ابنه أشبه بالبخيل الذي لا يريد أن يتقاسم ثروته مع أحد.

«بابا، بابا! لقد نجحت في الرياضيات! نجحت في الرياضيات»! هذا ما صرخ به والتر وهو يهرع إلى

والده راكضاً بعد انتهاء دوام المدرسة. أخذ الأب ورقة الامتحان ونظر إليها ثم قال بصوت خال من العاطفة: «جعلني الصراخ الذي صرخته أعتقد أنك نلت على الأقل درجة «ج»». تغير حال والتر من الأمل والفرح العامر إلى الخيبة المطلقة.

أعتقد أن والتر لو أخذ درجة «ج» لطالبه الأب بدرجة «أ» ولو حصل على درجة «أ» لسأله أين المنحة؟ فمهما بذل هذا الولد من جهد فلن يشعر أبوه بالرضا. ويصبح الاستحسان والقبول بالنسبة لوالتر وهماً وأمراً بعيد المنال.

قد يخدع أبو والتر نفسه معتقداً أنه بذلك يحفز ابنه حتى يدأب على بذل المزيد من الجهد، ولكنه لا يدرك أن هذا التحفظ سيجعل ابنه يفقد الأمل. الواقع أن والتر يحتاج إلى موافقة والده الكلامية حتى يعرف أنه يقوم بالصواب وأنه يعمل على شيء هام. كما يجب أن يعرف أنه محبوب وأن والده فخور به. **إن التعبير عن الاستحسان اشبه بالبوصلة التي تقود الأولاد إلى النجاح.**

يحتاج الأطفال إلى الحب والعناية حتى يبقوا على قيد الحياة، والأولاد بحاجة إلى الحب والقبول والاستحسان في جميع المراحل. هم بحاجة إلى سماع «أنت هام ومميز جداً لي. أحبك وأنا فخور بك»

خطط إرنست للمّ شمل العائلة حتى يحتفل بترقيته في العمل فقد أصبح مدير البنك الذي يعمل فيه منذ عشر سنوات. ارتدى أفضل بزاته وقصد منزل والده.

استقبله الأب برسمية وبدل أن يهنئ ابنه سأله بغير مبالاة: «أليس هذا البنك بنكاً محلياً»؟

لقد تأكد إيرنست من جديد من خلال ردة فعل والده أن أباه غير قادر على الاعتراف بمجهوده وأنه مهما فعل فلن يكون ما يقوم به كافياً بالنسبة له. ثمة فيلم رائع يصوّر هذا، وهو فيلم Boiler Room لإدوار نورتون وهو يتحدث عن قصة رجل يسعى إلى أن يقبله والده ويشعر بالفخر به. ومع أن الأب يحب ابنه، إلا أنه لم يلب حاجة ابنه ولم يفهمه. وبدل أن يساعده على التقدم، دأب على إحباطه بسبب عدم قبوله واستحسانه لابنه.

يعطي الاعتراف بجهود الولد الشعور بأهمية نجاحاته ويعلِّمه الاستمتاع به بحيث يرافق إنجازاته، وهو يكبر، الشعور بالرضا والمتعة. إذا أردنا لأولادنا ألا ينجحوا فحسب بل أن يشعروا بالفرح والمتعة عند تحقيق نجاحاتهم، فعلينا أن نشجعهم من خلال الدعم الحاضر دائماً، الدعم الذي يساعد على تدعيم عزمهم أثناء محاولتهم القيام بما هو صعب وتعزيز فرحة النصر عند حدوثه.

الثقة

مع أن كلمة ثقة كلمة بسيطة ومختصرة إلا أن من الصعب أن نطبقها. يشعرالناس القليلو الثقة بأنفسهم بالقلق والخوف من أن يؤذيهم أحد ما معتقدين أن العالم مكان خطر، يريد فيه الناس أن يقتلوهم. مشكلة العيش مع هؤلاء أن الواحد منهم

يعيش في حالة من التأهب الدائم ويتوقع دائماً أسوأ الأشياء بحيث تصبح الحياة صعبة جداً لهم.

قد تكون قلة الثقة بالنفس ناتجة عن جروح نفسية قديمة تركت دمغة دائمة. مثلاً، إذا اعتاد زوجي السابق أن يهينني، فسيكون من الصعب عليّ أن أثق مجدداً بشخص آخر يريد الزواج بي. ولكن دعونا نسأل أنفسنا: لماذا من الهام الثقة؟ كيف يتأثر الولد إذا ما ترعرع في جو من قلة الثقة؟ ما هي الثقة؟

لأن الطفل يولد بدون أن يكون لديه ثقة بالنفس، يجب أن ننمي هذه الثقة لديه إضافة إلى مهارات أخرى. ما هو مثير للاهتمام هو **أن الأهل أنفسهم والآخرين الذين يربونه هم الذين يزرعون بذرة الثقة من خلال إيمانهم بقدراته وإمكانياته.** على الأهل أن يزرعوا البذرة ويحرثوا النبتة بالثقة بولدهم، والواقع أنه من خلال رعايتهم إياه ستنمو هذه الثقة وتتطور. يرى الأولاد أهلهم آلهة يعرفون كل شيء ويقومون بكل شيء. وهنا يستنتج الولد بشكل لاواع: «إذا كان أهلي الذين يملكون كل هذه القوة يثقون بي، فهذا يعني أنني شخص جدير بالثقة». بناء عليه يكون دور الأهل أساسي لأن تنمية ثقة الولد بنفسه تعتمد بالكامل على رعايتهم.

ولكن لماذا من الهام أن يثق الولد بنفسه؟لأن الثقة بالنفس هي التي تسمح له بالتجذر بالحياة داعمة إياه في لحظات الفشل أو الإحباط، محرضة إياه على المحاولة من جديد. وبفضل الثقة بالنفس يكون الطفل قادراً على عقد العزم على

الحصول على أي شيء مُنع عنه أو حرم منه. الثقة هي المرساة التي تجعل السفينة ترسو بثبات عندما يأتي المد والجزر وينحسر. وهي تعطيه الثقة والأمل، سامحة له بأن يجرؤ على الحلم، وأن يبحث عن فرص جديدة وأن يكون له طموحاته. وهي تساعده أيضاً على تعلم الصبر والصفاء من أجل الحصول على جائزته.

الواقع أن الشعور بالجدارة المتولّد عن احترام الذات يغذّي الثقة بالنفس. ولأنني أعرف أنني شخص ذو قيمة، أعرف أني شخص يستحق الحصول على ما أحتاجه. ما الذي أستحقه؟ أفضل ما في هذه الحياة: الحب، السعادة، الغنى، الفرح. الحقيقة أن كل الناس يستحقون هذا ولكن على الواحد منا أن يقتنع بأن ذلك صحيح. عندما تكون الرسائل الموجهة إلى الكون مليئة بالأمل المشبع بالثقة، تصبح هذه النِعَم ملكنا. وبناء عليه، نخلق نحن واقعنا الذي سيكون جميلاً... لا، بل رائعاً جداً.

ما يزال البعض يعتقد أنهم أشخاص غير جديرين، وأنهم لا يستحقون إلا القليل، القليل. إن عدم قدرتهم على إجلال انفسهم أمر عائد إلى تربيتهم. فعندما يتربى الإنسان على تثبيط الهمة من خلال المذلة والمهانة والإفراط في الحماية والنقد المستمر أو التوقعات الضيقة الأفق، فالذي سيحصل أن هذا الإنسان لن ينمو ويكبر أبداً وهو يشعر بأنه شخص ذو قيمة وأنه يستحق الحصول على أشياء كثيرة. ستمنعه هذه القيود من الثقة بنفسه وسينتهي الأمر بأن يدخل إلى حياته ما يؤمن أنه

يستحقه: الحزن، العجز، المعاناة والألم.

وترتبط الثقة أيضاً بالشجاعة. عندما يتم الإفراط في حماية الأولاد خوفاً عليهم من أن يتعرضوا للأذى من العالم العنيف العدائي، سيصبحون ضعافاً ولن يتعلموا الصمود أمام هذا العالم. والواقع أننا نعيش في زمن التحديات، فكيف لنا إذن أن نستعد ونواجه الصعوبات التي تواجهنا؟ إذا خففنا الحماية المفرطة تقوى الثقة بالنفس. وما دمت أثق بولدي، فهو يملك إذني بالثقة بنفسه. عليّ أن أجعله يعرف بدون كلام: «أنا واثقة أنك تملك كل ما يمكّنك من التقدم والاستمرار». إن ثقة كهذه تغرس الشجاعة، فتجعله قادراً على الدفاع عن قناعاته ومواجهة العالم وتعطيه صوتاً يجعله، عندما يصبح راشداً، يتكلم عن حقيقته.

أما الشخص الخجول الفاقد للشجاعة فسيمشي في ظل الآخرين ويسافر فقط إلى حيث يشعر بالأمان لأنه خائف جداً من الدروب المجهولة. إنه شخص لاتتحقق أحلامه أبداً. وهو أيضاً شخص تتم قولبته وتشكيله وتكون النتيجة أن يشعر في نهاية حياته أنه فقد الفرص التي وضعتها الحياة أمامه. هل نريد ياترى هذا لأولادنا؟

الأفكار الخاطئة المتعلقة بالثقة

- **عليك أن تكون كاملاً حتى أثق بك**

الزوجة أو الزوج الذي يطلب من زوجته أو تطلب من

زوجها الكمال، يعاني من خيبة الأمل مرة بعد أخرى، لأن لا شخص يخلو من نقص أو عيب. وإذا كان المطلوب حتى تثق بالشخص الآخر الكمال، فانت لن تجد الشخص الجدير بذلك، فمن المستحيل أن تجد شخصاً كاملاً والبشر جميعهم بدون استثناء غير كاملين. وهذا الشخص الذي يطلب الكمال من الآخر سينتهي به الأمر بأن يشعر بالمرارة والتشاؤم لأنه يطلب الكثير، الكثير.

والأمر سيان مع الأولاد فإذا قال الأب للولد: «لن أستطيع ان أثق بك بعد الآن»، فلعل هذا الأب قد طالب ابنه بالكمال وعندما ارتكب غلطة فقد إيمانه به، وهذا أشبه بطعن الولد في الصميم. . وإذا ألغينا دعمنا له، سيضطرب ويقنع نفسه: «إذا كان والديّ، اللذين هما مثالي الأعلى وهما يعرفان كل شيء، لا يثقان بي فهذا يعني أني شخص غير جدير بالاحترام والثقة». هذه هي الطريقة التي ننزع فيها بذرة الثقة بالنفس وندمرها وبعدئذ نتساءل لماذا بدل أن يتحسن سلوكه ساء.

عندما نتوقع الأسوأ، فسنتلقى الأسوأ. وعندما نفقد إيماننا بأولادنا سيتأثرون عاطفياً.

تتعلق الثقة بالحب الذي نشعر به تجاه أولادنا وباعترافنا وإقرارنا بقيمتهم الحقيقية. الثقة لأن بإمكاننا أن نرى ما قد يصبح الطفل عليه وفي الوقت ذاته القبول بوضعه الحالي. **هذه هي المفارقة التي نقع فيها عندما نعلِّم: تقدير حالة الولد الراهنة والتنبؤ بقدراته الكامنة الكاملة في الوقت ذاته.** في فترة نمو

الولد والمراهق سيحتاج إلى أن يختبر الحياة ويتعلم من خلال أخطائه، ناظراً إلى ما وراء حدوده الحالية لاكتشاف ذاته العليا. وثقتنا به تسمح لهذا بالحدوث.

تخرجت لورا من المرحلة المتوسطة وتم اختيارها حتى تلقي كلمة شكر نيابة عن زميلاتها. علّقت الأم متحدثة إلى شقيقتها: «أنا لا أفهم. في السنة الماضية كانت علاماتها منخفضة وقد أخبرني أساتذتها أنها كسولة وها هي هذا العام الأولى في صفها. لا أفهم ما حدث»

من السهل أن نفهم السبب عندما نعرف أن معلمة الصف الثامن أعطت لورا الثقة من خلال تشجيعها وإطلاق قدراتها. الثقة التي نضعها في أولادنا أو تلاميذنا قد تكون المحفز الذي يمنح عزماً جديداً لأجزاء كانت هاجعة هامدة في داخلنا. كما أن الثقة تعطي الولد دفعاً، عندما يشعر بعدم الأمان والشك، وتطمئنه فيصبح قادراً على الوصول إلى ما قد يبدو بعيد المنال. حينما أدعمه، سيتجرأ ويطمح إلى أن يكبر محققاً كل ما قد يصبح عليه يوماً.

• **أهدد، أتحكم، أو أعاقب بقولي لهم «لن أثق بك بعد الآن»**

يعاقب بعض الناس أولادهم بقولهم لهم: «لقد فقدت ثقتي بك»، فيشعر الولد بالإحباط معتقداً أنه يحتال على والديه وأنه شخص حقير. وبعض الأهل يستخدمون سلاح الريبة للتهديد أو التحكم: «كن حذراً وإلا لن أقدر على الثقة بك».

يستغل هؤلاء الأهل العجز الذي يظهره الولد فيهددونه بفقدان شيء أساسي لسعادته.

هؤلاء الأهل يلعبون بالنار. الواقع أن فقدان الثقة بأبنائنا تضعفهم وتحرمهم من منزلتهم. يجب ألا نقول أبداً عبارة: «لا أثق بك». يمكننا تنبيههم إلى أخطائهم، فنجعلهم يعرفون أننا لا نوافق على ما يقومون به ونسمح لهم باختبار عواقب تصرفاتهم، وفي نفس الوقت نجعلهم دائماً يعرفون أننا نحبهم ونثق أنهم سينهضون من جديد ويختارون ما سيفعلونه لاحقاً بحكمة أكبر. الحقيقة أن ثقتنا بهم ستعزز جهودهم في المستقبل.

- **أثق ثقة عمياء**

يثق الطفل الصغير بكل شيء وبكل شخص حوله ويكون غير قادر على أن يدرك أن الشخص يكذب عليه أو يخدعه. إنه شخص منفتح بالكامل على العالم وواثق ثقة عمياء به. ولكن عندما يكبر يبدأ بإدراك أن هناك من لا يجدر الثقة به. يراقب، ويعرف بالحدس ويفهم أنه ليس بالإمكان الثقة بجميع الناس ويأخذ بتنمية قدرته على حسن التمييز.

ولكن خلال عملية النمو سيكون هناك الذين سيعانون من خيبات الأمل فينتهي بهم الأمر بأن يرتابوا بكل الناس. لقد سمعت قولاً كهذا مثلاً: «أسئ الظن بالآخرين تعش بخير»، ولكن هناك من سيبقون غير ناضجين وسيظلون يثقون بكل الناس. سيعاني هؤلاء من المحن وسوء الحظ ولن يفهموا

لماذا ومتى عليهم أن يثقوا بالآخرين بشكل أعمى. علينا أن نتعلم أن الناس ليسوا جميعهم جديرين بالثقة وأن علينا أن نميّز من هو جدير بثقتنا ممن هو غير جدير بها. الأمر بمعنى آخر أشبه بترك بابنا مفتوحاً ومن ثم الشكوى من أننا سُرقنا.

من هو الجدير بالثقة إذن؟ على الأشخاص الجديرين بالثقة أن يمتلكوا شخصية واستقامة وهذا يعني السعي إلى العيش عيشة تتماشى مع مبادئنا القائمة على المثالية والطموحات فيدفعنا ذلك إلى أن نصبح أشخاصاً أفضل في المجتمع.

على سبيل المثال، إذا كان الصدق واحداً من مبادئي وكان لدي شخصية فسأفعل ما بوسعي لأخبر الحقيقة للآخرين في كل الأوقات. ولكن إذا كنت أصدق القول فقط عندما أستفيد من الصدق أو عندما لا يكون لي خيار آخر، وأكذب بغية الغش أو الظهور بمظهر الشخص المحترم، فلست شخصاً يمتلك شخصية. **الواقع أن الشخصية تُصنّف وفقاً لقدرة المرء على تطبيق مبادئه.** وكلما كان الشخص مخلصاً لمبادئه، ازدادت شخصيته نمواً.

الشخصية والاستقامة مرتبطتان بصدق أقوالي وفعالي. وبمعنى آخر، **الاستقامة هي أن يتطابق ما أفكر فيه وأشعر به مع ما أقوله.** فإذا كنت أعتقد أن من الهام أن أحترم أولادي، ومع هذا عندما أغضب أهينهم وأضربهم، فهذا يعني أنه ليس هناك استقامة بين ما أعتقده وبين ما أقوله وأفعله. وإذا كنت أعظ الآخرين عن المساواة العرقية وكنت أميّز بين الناس فأين

استقامتي؟ وإذا كنت أتحدث عن الصدق والأمانة، ولكني لا أنفك عن استغلال الآخرين وسرقتهم متى توفرت لي الفرصة لذلك فأين استقامتي؟ وباختصار أكون بذلك شخصاً لا يطبق ما يعظ به.

كان السيد أندرسون يحتفل بذكرى زواجه الخامس والعشرين مع عائلته وأصدقائه. وبعد الغداء اخذ الميكروفون وراح يخطب بضيوفه الثلاثمئة. كانت عيناه مغرورقتين بالدموع وهو يتحدث عن حبه لزوجته وعن أهمية العائلة والمكافآت التي نجنيها من الزواج. عندما كان في منتصف خطابه وقف ابنه الأكبر وترك الغرفة فاستوقفه أحد أقاربه وسأله ما المشكلة: «أرفض الإصغاء إلى هذا الهراء فهو يتبجح فيما أمي ما تزال تتعالج من الاكتئاب الذي أصيبت به بعد أن اكتشفت أن لديه عشيقة منذ خمس عشرة سنة».

ما قاله السيد اندرسون لا يتطابق مع ما يؤمن به ويفعله. عندما يلعب الإنسان دورين متناقضين سينتهي الأمر بأن يجرح الناس الذين يحبهم.

«أهم شيء في حياتي هم أولادي. أنا أعيش من أجلهم» هذا ما قالته أميليا إلى مجموعة من النساء التقت بهن في الصف. راحت النسوة يصغين إليها بإعجاب حقيقي. «ولكن كيف تفعلين ذلك؟ لديك ثلاثة أولاد وأنت تدرسين وتعملين بعد الظهر أيضاً». «نعم

أنا لست بحاجة للعمل ولكني أحبه. أعترف أن الأمر صعب ولكنني أستطيع القيام به». أدارت فلورنس، صديقتها منذ زمن بعيد، رأسها وهي تفكر: «ليتهن يعرفن المشاكل التي يعاني منها أولادها. الولد البكر يتعالج نفسياً. إنهم وحدهم طوال الوقت». لم تستطع فلورنس أن تتحمل هذه المحادثة فنهضت وذهبت إلى غرفة الاستراحة.

إذا كنت أتباهى بأن أولادي هم أهم شيء في حياتي وليس لدي أي وقت لهم فهذا يعني أن ليس هناك صدق في ما أقوله وما أفعله. هناك انفصال بين ما أقوله للآخرين وما أؤمن به وبين ما أفعله فعلياً. الواقع سيمسك بي أخيراً موقعاً إياي. قد نخدع أنفسنا بعض الوقت وليس كل الوقت.

لا يقتضي التفاني في تطبيق مبادئنا الكمال ولكنه يتطلب منا بذل الجهد في كل يوم من أجل أن نكون أشخاصاً أفضل. أن نمتلك شخصية واستقامة لا يعني بالضرورة أننا لن نرتكب الأغلاط التي هي ضرورية حتى نتعلم، ولكن علينا أن ندرك هذه الأغلاط ونتحمل مسؤوليتها. الواقع أن الإصرار على أن نكون معصومين عن الغلط وأشخاصاً كاملين هي مطالب سخيفة منافية للعقل أما الكفاح من أجل إدراك أغلاطنا وتحمل مسؤولياتنا فيعني تنمية حس الاستقامة عندنا وتقوية شخصيتنا.

استدعى المدير سيليا إلى مكتبه وهناك سألها بوجه غاضب: «هل لك أن تشرحي ما الذي حدث مع السيد

ستون». أجابت سيليا: «لسوء الحظ أنني المسؤولة عن خسارتنا لحساب السيد ستون. لقد كانت المعلومات التي أعطيتها له في اجتماعنا الأخير غير كاملة. كان علي إعطاؤه الدراسة كاملة ولكنني لم أنهها في الوقت المناسب. ولأن السيد ستون انزعج، ألغى حسابه».

سيكون على المدير أن يقرر ما هي عاقبة إهمال هذه الموظفة ولكن عليه في الوقت ذاته تقدير استقامتها وشخصيتها. فسيليا لم تكذب لتغطي غلطتها ولم تحاول إلقاء اللوم على الآخرين. إنها تشعر بالخجل لأنها خسّرت المصرف عميلاً هاماً ولكنها قد تكون فخورة بنفسها لأنها كانت قادرة على إدراك غلطتها و تحمل مسؤولية هذه الغلطة.

عندما نصبح أكثر اندماجاً وعندما تصبح شخصيتنا أكثر صلابة، نقترب أكثر من مبتغانا. ومع أن هذه أمور مجردة غير ملموسة، إلا انها تعطينا الحافز والتوجيه لنخطو الخطوة التالية في تطورنا.

هنا قد نسأل أنفسنا «علام يعتمد مستقبل أمتنا؟». يعتمد على قدرة المواطنين على حسن التمييز الذي يخولهم انتخاب سياسيين يملكون الأهلية والجدارة ويعتمد على المرشحين الذين يملكون شخصية واستقامة. كما يعتمد مستقبل الأمة على تطور قدرة ناخبيها على اتخاذ أحكام سليمة. الواقع أن هذه القدرة هي أقل القدرات التي نمتها البشرية فهذا ما نلاحظه من خلال حالة معظم الحكومات في العالم. ننتخب أشخاصاً غير مستقيمين ومن ثم نشكو منهم لأنهم يتخذون

القرارات الخاطئة ويرفضون تحمل مسؤولية العواقب.

الحقيقة أن فساد الحكومات انعكاس للأمة وهذا ما يؤكده القول السائد «كما تكونون يُولى عليكم». إن هذا مؤسف ولكنه صحيح. علينا أن نبدأ بتنظيف بيوتنا قبل أن نطالب بتنظيف الأرصفة. لا نتوقعن أن نجد الاستقامة عند الآخرين إن لم نبدأ بزرعها في أنفسنا، فلا نطلبنّ من الآخرين ما لا نطلبه من أنفسنا.

الفصل الثامن

مواقف خاطئة: التوقعات الضيقة الأفق

من اللحظة التي نعرف فيها أننا سنصبح أماً أو أباً نبدأ بالسماح لمخيلتنا بالتحليق، حالمين بهذا الذي لم يولد بعد. نتخيل الطفل وفقاً لأحلامنا وأولوياتنا والأشياء التي نفضلها. فإذا كنت مفكراً، ذكياً وكان المولود الذي سأنجبه أنثى أبدأ بتخيلها ذكية، واثقة من نفسها، ناجحة كسيدة أعمال. وإذا كنت منفتحاً واجتماعياً فأحلم بها جميلة، محبوبة، منفتحة. وإذا كنت في الماضي قد حلمت أن أكون راقصة ولكن والديّ عارضا الفكرة فأجد أن الفرصة قد أصبحت متاحة لي كأم وأبدأ بتخيل ابنتي راقصة باليه موهوبة يحسدها الآخرون على موهبتها.

وإذا كان المولود صبياً وعائلتي تستمتع بالرياضة فلعلي أشرع بتخيله لاعب كرة قدم مشهور أو أحلم به مهندساً ناجحاً أو محامياً مشهوراً أو طبيباً بارزاً. وإذا كنت قد حلمت يوماً ان أصبح عازفاً ولكن والديّ دفعاني إلى مهنة أخرى فالآن أتخيل ولدي عازفاً مشهوراً.

عندما يولد الطفل، تجدنا ننسى توقعاتنا الشخصية ونغمره

بحب غير مشروط ونقبله كما هو.

حملت جوزفين، وهي محاطة بزوجها وعائلتها، بابنتها لأول مرة في حياتها. كشفت الغطاء عن الطفلة بحذر وعيناها مغرورقتان بالدموع وقالت إحدى الجدتين: «لم أر قط فتاة بهذا الجمال. إنها رائعة»

بعد ساعات جاء أولاد العمومة والخالات إلى المستشفى لرؤية المولودة الجديدة. حملت الممرضة الطفلة بين ذراعيها ليستطيعوا رؤيتها من خلال الزجاج. نظر أحد الأولاد إلى قريبته وغمغم لأخته قائلاً: «إنها قبيحة جداً. كيف قالت جدتي عنها إنها رائعة خلابة»؟

كيف نقول عن المواليد الجدد بشعرهم المنفوش وبشرتهم المجعدة إنهم جميلون؟ ربما لأننا نعي ذلك من خلال حبنا الذي يذيب قلوبنا الملأى بالرهبة من شدة كمال هذا المولود الجديد. في أوقات كهذه نتجاوز العالم المادي وتمتلئ قلوبنا إعجاباً بسبب إدراكنا لمعجزة الوجود.

وسرعان ما نبتعد عن الحب غير المشروط وننسى طبيعة الطفل الروحية ونتجاهل أنه شخص مقدس ليس علينا فرض رغباتنا عليه وهكذا نبدأ بإفساد الحب غير المشروط بالآمال الاعتباطية التي نعقدها عليه.

لا تكون هذه التوقعات والآمال التي نعقدها عليه مشكلة في الصغر

كان تومي ابن الثلاث سنوات يركل الطابة في الباحة،

وكان والده ينظر إليه من النافذة بفخر: «هاي روزالند ألم أقل لك؟ تومي سيصبح نجماً في عالم كرة القدم. انظري إليه كيف يركل الطابة. اراهن أنه كأبيه. انتظري حتى يصبح في السادسة من عمره. عندئذ سآخذه ليتدرب في فريق»

من يرغب أن يخيب أمل هذا الأب بالقول له إن جميع الأولاد في عمر الثلاث سنوات يحبون ركل الطابة؟ قد يتمسك الأب بهذا الوهم سنوات، الوهم بأن ابنه سيصبح ما يتوقع أن يكون عليه في المستقبل.

الأحلام الخائبة

ما الذي سيحدث عندما تمضي السنوات والولد لم يحقق بعد أحلام والديه؟

«سيدة كامبل، أود اغتنام هذه الفرصة لأقول لك إن ابنتك بهجة للنفس. إنها ودودة جداً ومحببة ومع أنها في صفي منذ سنوات إلا أنني أعتقد أنها غير مهتمة فعلياً بالباليه. لا ألمّح إلى أنها خرقاء أو أي شيء كهذا بل على العكس، لديها المؤهلات التي تخولها أن تكون راقصة باليه ولكنها لا تستمتع بالباليه. أظنها ستكون أسعد حالاً إذا تسجلت في السباحة أو صف الفنون». سمعت الأم الخائبة الأمل ما تقوله المعلمة: «لا تملك جميع الفتيات الصغيرات القدرة على رقص الباليه. ولكني متأكدة من أنك ستجدين لها شيئاً ستحب القيام به..»

مما لا شك فيه أن السيدة كامبل أدركت أن ابنتها غير مهتمة بالباليه ولكنها لا تتقبل الواقع. منذ أشهر وهي تُحضر ابنتها مرتين بالأسبوع إلى الصف وولكن إحضارها أصبح ساحة للقتال وقد استطاعت في كل مرة بالتهديد والابتزاز أن تقنع ابنتها بالذهاب، وظلت مصرة يغريها حلمها بأن يصبح في العائلة راقصة باليه. والآن بعد المقابلة مع معلمة الباليه، شعرت بخيبة الأمل فقد اتضح لها الآن أن حلمها لن يصبح أبداً حقيقة.

وماذا عن الولد الذي يحلم أهله أن يصبح عضواً بارزاً في المجتمع؟

> «حباً بالله لا تتمسك بتنورتي بهذا الشكل. إنك تجعدها» هذا ما قالته الأم لابنها سيمون البالغ من العمر خمس سنوات، الذي لا يريد الذهاب إلى الحفلة. «حسناً، سأذهب معك ولكني سبق أن قلت لك إني لن أبقى معك. جميع رفاقك هناك وستستمتع كثيراً بالألعاب». «أكره الألعاب. لا أريد أن ألعب». قال ذلك باكياً بحسرة وهو يمسح وجهه بتنورة أمه. «ادخل رجاء. ليس عليك أن تلعب أي لعبة» قالت ذلك بيأس وهي تفكر بينها وبين نفسها: «سيصيبني هذا الولد بالجنون. هو مثل من؟ أنا أحب الحفلات»

لا تفهم هذه الأم الاجتماعية سبب خجل ابنها وانطوائه. إنها لا تصدق أنه يفضل اللعب في البيت مع كلبه على الذهاب إلى الحفلة. لا شك أن الألعاب التي يحبها

ابنها ستظل تبدو لها مضجرة ولامعنى لها حتى تفهم التباين بين مزاجيهما. وإذا أصرت على محاولة تغيير ابنها، سيصاب كلاهما بالخيبة.

وماذا عن الولد الذي يتوقع أهله أن يكون ذكياً؟

«سيدة كوبر، يسرني أني التقيت بك مصادفة. لقد اتصلت ببيتك مراراً وتركت لك عدة رسائل لأني أردت ان أخبرك أن ابنك فرد يعاني منذ عدة أسابيع من مشاكل في القراءة. أريد أن تسمحي له بإجراء اختبار لتقويم قدراته...». قاطعتها الأم منذرة: «ماذا؟ رويدك، رويدك. اختبار لتري إن كان يعاني من صعوبات تعلمية؟ اسمعي يا سيدة تانيس. فرد ولد ذكي جداً. لقد لاحظت ذلك أنا وزوجي منذ ولادته.. في البيت يعرف كيف يقرأ. المشكلة هنا في المدرسة. أنت لا تعرفين كيف تحفزينه. لا عجب أن يشكو من الملل». ودخلت الأم إلى السيارة منزعجة وانطلقت بينما راحت المعلمة تراقبها وتأوهت محبطة.

تريد السيدة كوبر وزوجها ولداً ذكياً وهما لا يريدان أن يناقضهما أحد الرأي. قد يرسلان ابنهما إلى مدرسة أخرى قبل أن يعترفا بأنه بحاجة إلى مدرسة خاصة بذوي الصعوبات التعلمية. في المدرسة الجديدة سيواجهان الصعوبات ذاتها وإذا كانت حالة الولد صعبة شديدة سيكون عليهما أخيراً الاعتراف بأن ابنهما يعاني من الصعوبات التعلمية وسيفكران في إخضاعه لعلاج لحل مشكلته. أما إذا كانت حالته غير

شديدة ولم تقل المدرسة إنه بحاجة إلى مساعدة خاصة فسيظل الأهل على إنكارهما معتقدين أن المسألة مسألة كسل وأنه بحاجة إلى أن يحاول فقط أكثر. سيكبر هذا الولد تحت ضغط مستمر شاعراً أنه لن يقدر على نيل علامات جيدة وستقل ثقته بنفسه بسبب تصنيفه بأنه كسول، بطيء وغبي.

في المدرسة التي أتبوأ فيها منصب مديرة اتيحت لي الفرصة لمتابعة حالات كان الأهل فيها قد قرروا تغيير المدرسة قبل أن يعترفوا بأنه بحاجة إلى مساعدة. وبعض الأهل فضلوا السماح لطفلهم بالمعاناة لسنوات من الصعوبات التعلمية قبل أن يخضعوه لعلاج لحالته. من المؤسف حقاً أن نرى أولاداً كان بالإمكان مساعدتهم، ولكن الصعوبات غلّت أيديهم طوال حياتهم بسبب حاجة أنانية لدى الأهل لتغذية آمالهم.

لماذا نملك توقعات ضيقة الأفق فيما يتعلق بأولادنا؟

- **لأننا نعتقد أننا نملكهم**

تكون توقعاتنا منهم ضيقة الأفق لأننا **نصر على التفكير في أولادنا وكأنهم ملك خاص لنا**. ومثلما نفكر في أن لنا الحق في تغيير واجهة منازلنا أو موديل سيارتنا لأنهما لم يعودا على الموضة أو لأننا ببساطة مللنا منهما، كذلك نفعل مع أبنائنا معتقدين أن بإمكاننا تحويل أولادنا بحيث يرضون أذواقنا ويحققون أحلامنا أوتوقعاتنا منهم. عندما نعتقد أنهم أملاك خاصة لنا فعندئذ سنفكر مخطئين أن من حقنا أن ننظم حياتهم حسبما نرغب.

سألت العمة هيلين: «هل تسجل «دون» في الجامعة؟ في أية جامعة سيدرس؟». ردت الأم بفخر: «في SMU بالتأكيد». علّقت العمة قائلة:« ولكنه أخبرني أنه سيذهب إلى أوستن ليدرس الهندسة المعمارية». «أنت تعرفين «دون». هو لا يعرف ما هو المناسب له. لقد شرح له والده أن الهندسة المعمارية غير مربحة كثيراً وجامعة UT غير جيدة بما فيه الكفاية له. فلنغيّر الموضوع. ماذا تفعلين بعد العملية؟»

- **لأننا نفكر أن الأولاد يعكسون صورة أهاليهم الذين يريدون المحافظة على المظاهر**

وأحياناً بدل أن يعتبر الأهل أولادهم أملاكاً خاصة بهم، يعتقدون أنهم انعكاس لهم. يرون أن على أولادهم أن يحسنوا التصرف ليتركوا أفضل الانطباعات لدى الآخرين، فذلك سيؤثر في مكانتهم الاجتماعية ومنزلتهم الأبوية. يعتبر ترك الانطباع الحسن، بالنسبة لعدد كبير من الأهل، أهم شيء في الوجود.

«رجاء يا جيم لا ترتد هذا الجينز البالي القديم عندما سنذهب إلى الكنيسة. سيكون هناك جميع رفاق والدك ورئيسه وسيظنون أنك متسكع وأننا لانملك المال لشراء شيء جديد لك. ستجعلني أشعر بالخجل». هذا ما قالته الأم إلى ابنها المراهق الجالس على الأريكة يشاهد التلفزيون. رد غاضباً: «حسناً. لن أذهب إذن. إن لم أستطع ارتداء ما أريد فالأفضل لي البقاء في

البيت». صرخت الأم في وجهه: «افعل ما بدا لك. ولكن ليس مسموحاً لك أن تحرج العائلة»

إذا كان كل ما يقوم به أولادنا قد يحط من قدرنا في عيون الآخرين، فسيكون علينا دائماً السيطرة عليهم.

«هل قلت «مرحباً» للعمة ماري؟. احكي بصوت عال ولا تغمغمي وإلا لن يسمعك أحد؟». هذا ما همست به الأم لابنتها بيغي البالغة من العمر 17 عاماً عندما كانتا تقدمان الشاي للضيوف. وعندما اقتربت منها البنت ثانية قالت لها: «لا تمشي أمام الناس وانتبهي. أنت لم تقدمي شيئاً للسيدة جونز؟». عندما عادت بيغي إلى طاولة الضيافة أخذتها أمها من يدها إلى المطبخ وقالت لها: «سوي تنورتك. إنها مفتولة. تذكري أن ترحبي بأدب بالسيدة سميث، تلك التي ترتدي الأحمر. إنها زوجة شريك أبيك. أريد منها أن تعرفك إلى ابنها البكر». بانت ملامح القرف على وجه بيغي: «لا تنظري إليّ بهذا الشكل. إنه صبي لطيف وأعرف أنك ستحبينه»

من خلال توق هذين الوالدين إلى إجبار ابنتهما على أن تكون مطابقة للصورة التي يريدانها للعائلة، يريدان أن تكون كاملة، وهما يجبرانها على لعب دور يتناقض مع شخصيتها بغية أن تصبح شخصاً يتصرف وفقاً لرغبات والديها.

هذه هي الرسالة التي تتلقاها الفتاة:

«أحبك فقط إذا كنت كما أريد أنا: جميلة، رقيقة، ذكية، مطيعة، لطيفة، حنونة، وتلميذة مجتهدة... الخ..»

• لأننا نتوقع من أبنائنا أن يعوّضوا لنا حاجاتنا العاطفية التي لم نلبّها

الهدف من وراء ضيق أفق توقعاتنا منهم هو ملء فراغ عاطفي وهو ما أشرت إليه في الفصل الذي كان عنوانه «يجتاح الطفل عالم الكبار». إليكم بعض الأمثلة:

لدى سيندي وآرت مشكلة زوجية، فقد اكتشفت سيندي أن زوجها على علاقة مع زميلة له.ومع أنه أكد لها إن العلاقة كانت مجرد «عبث»، ظلت تشك في أنه مستمر في علاقته مع تلك المرأة. بعد أشهر، أخبرت سيندي آرت أنها حامل ولكنه تلقى الخبر بدون أي حماسة، وأثناء حملها بذل جهداً للاهتمام بها وليظهر حنانه وحبه ولكن عدم اهتمامه بالحمل كان واضحاً وعندما أصبح الطفل في الشهر الخامس تركها هذا الزوج

لقد توقعت المرأة في هذه الحالة أن الحمل سيحل المشكلة التي وقعت بينها وبين زوجها. وبدل أن تواجه المشكلة تلاعبت على زوجها حتى حملت منه وكانت تأمل أن ولادة الطفل ستغير الوضع. وعندما لم ينجح الأمر والأب ترك البيت امتلأ قلبها بالاستياء وراحت تفش خلقها بالابن الذي فشل في تحقيق مبتغاها.

تزوجت دنيس من كريستوفر أفضل «لقطة» للزواج في المدينة. كان زوجها محباً حنوناً وكانت هي سعيدة بحياتها الزوجية الجديدة. بعد عدة أشهر رُقي زوجها

في الشركة وأصبح نائب المدير فكان عليه أن يعمل وقتاً طويلاً واضطر أن يعمل في أيام العطل حتى. شعرت دنيس بأنها مهملة وعندما حملت بجنينها صبت اهتمامها كله على الوافد الجديد. الذي حدث أن حملها ملأ الفراغ في حياتها وسكّن وحدتها فتحولت إلى أم تفرط في حماية ابنها وتعيش من خلاله.

عندما كبر الولد وأراد الذهاب إلى الجامعة عارضته. وكانت تظن أنه ليس هناك زوجة قد تناسب ابنها وعندما أصر الابن على الزواج قدمت له هدية زواج المنزل المقابل لمنزلها. وبعد ثلاث سنوات عندما قرر السفر عبر البحار مع عائلته أصيبت بجلطة شلّتها. فبقي الابن للعناية بها

في هذا المثال كانت دنيس غير راضية عن حياتها فأرادت أن يملأ ابنها فراغها العاطفي. في نظرها أن ابنها يعطيها سبباً للعيش. وابنها وافق بسبب حبه ووفائه لها على القيام بهذا الدور ولكن حتى عندما شعر بالرغبة في التخلص من سيطرتها من أجل أن يعيش حياته، لم يجد الشجاعة ليفعل ذلك. لقد قيّده تلاعب أمه وحبها المنحرف، فالأم تفضل الموت على أن يهجرها ابنها.

«حباً بالله لا تفعلي هذا يا اليكسي، فهذا يغضب أمك» نظرت اليكسي ابنة السنتين إلى وجه أمه برجيت المستنكر التي كانت تنظر إليها وهي تلعب بالتراب. بعد ساعة كانتا جالستين إلى مائدة الطعام: «نعم، يا

حبيبتي، كلي كل شيء لتكون الماما مسرورة». ووقت النوم وضعت الأم الفتاة في سريرها: «إن لم تنامي ستشعر الماما بالحزن»

مرت السنوات وأنشأت اليكسي عائلتها. كانت تنتبه دائماً إلى حاجات زوجها وأولادها. في إحدى الأمسيات وفيما كانت تحضر حفل غداء لشركاء زوجها، شعرت بألم شديد في بطنها. واحتاجت عدة دقائق حتى خف الألم قليلاً ولكنها ظلت تحضر كل شيء. وحتى عندما ساء الألم أكثر، ظلت تقدم الطعام وتخدم ضيوفها والبسمة على وجهها. عندما رحل آخر المدعوين توجه زوجها إلى المطبخ فوجدها على الأرض مغمياً عليها. لاحقاً في المستشفى عندما راح يوبخها لأنها لم تخبره بأنها مريضة ردّت: «لم أشأ أن أفسد عليك حفلة الغداء»

تعلمت أليكسي منذ نعومة أظافرها أنها موجودة فقط من أجل إسعاد الآخرين. لقد تعلّمت أن سعادة أمها متوقفة على تصرفاتها وأن اللوم يقع عليها إذا شعرت أمها بالغضب أو الحزن. لقد دربت برجيت أليكسي كي تكون يقظة متنبهة إلى مشاعر الآخرين وكي تتكيف مع كل شيء في كل الأوقات بدون أخذ حاجاتها الخاصة بعين الاعتبار. لهذا آثرت العناية بضيوفها ولم تول توعكها اهتماماً، معتقدة أن الآخرين أهم منها وأن لا اعتبار لها ولما تصاب به.

أولئك الذين يتربون على إسعاد الآخرين وإرضائهم

يصبحون بعيدين عن هويتهم الفطرية. ففي سبيل الانتماء وقبول الآخرين بهم يضعون رغباتهم في المرتبة الثانية ويدأبون على العناية بالآخرين. أما الثمن فيكون غالياً جداً لأنهم يصيحون أشخاصاً يفتقرون إلى الشخصية ويأخذ الآخرون باستغلالهم. والأنكى أن حاجاتهم التي تجاهلوها شحنتهم بالأسى والحرمان بحيث تأخذ شيئاً فشيئاً في التأثير فيهم فيصبحون مرضى عاطفياً وجسدياً.

إذا حاولت أن أضع لائحة بكل الشواهد التي تتحدث عن الآمال التي يعقدها الأهل على الأولاد بغية ملء فراغهم العاطفي لما انتهينا. نحن بحاجة فقط إلى رؤية الفيلم المكسيكي Like Water for Chocolate لنرى مثالاً آخر عن كيفية استخدام الأهل لأولادهم لإرضاء حاجاتهم الخاصة.

عندما نتعلم الاعتناء بحاجاتنا، يمكننا عندها إعطاء الآخرين فالمعروف أن فاقد الشيء لا يعطيه. لحسن الحظ أن هناك دورات علاجية نفسية وكتباً كثيرة، تساعد على توجيهنا في ملء النقص العاطفي بحيث لا نجنح إلى استغلال أولادنا.

من الإنكار إلى الخيبة

يسمح بعض الأولاد، بدون أن يدركوا، لأهلهم بالسيطرة عليهم وتوجيههم فيتكيفون مع توقعات الأهل منهم. وفي هذه الحالة لا نجد أي مشكلة وعلاقتهما تتطور بحرارة. ولكن إذا تنبه الولد أو المراهق وقرر أن ما يريده الأهل لا يناسبه فستنشأ الصراعات بينهما. ويقع الصراع أيضاً عندما لا يملك

الولد القدرات التي يتوقعها الأهل لأن الأهل في هذه الحالة يخيب أملهم به.

التوقعات الثابتة أشبه بمرآة مغطاة بغشاوة، يظن الأهل أنهم من خلالها يرون ابنهم. والواقع أن ما يرونه ليس إلا انعكاساً لما يريدونه ويتوقعونه هم أنفسهم وليس بينها ما للولد علاقة به. الأهل الذين يعاني أبناؤهم من الصعوبات التعلمية سيعارضون كل الآراء التي يقولها المعلمون ويصرون على أن يدرس ويحصل على درجة جامعية. وقد يرغب الأهل في شراء الشهادة له قبل أن يدركوا أن ابنهم لا يملك القدرة المطلوبة لتحقيق أحلام والده.

> «يا لك من بائع ماهر يا باد! قد تقنع الأعمى بشراء كاميرا» هذا ما قالته أنجي ضاحكة وهما ينظران إلى المنزل المعروض للبيع. «لقد ولدت لتكون سمساراً. ولكن ألم تدرس المحاماة؟»
>
> «بلى درستها لأن والدي لم يعطني أي خيار آخر، فقد أراد أن يمشي أحد أبنائه على خطاه ولعله اختارني لأنني الأكثر تكيّفاً وطواعية لرغباته. بعد خمس سنوات من الدراسة الجامعية التي كرهتها، شعر بالهزيمة لأنني لم أتدرّب قط على مزاولة المحاماة. ولكني اليوم سعيد جداً بمهنة سمسرة الأراضي».

مع مرور الوقت عندما لا يحقق الأولاد رغبات أهاليهم وتوقعاتهم منهم، سيدخل الأهل في مرحلة الإنكار، وفيها يحاولون تقييم ما يمكنهم عمله. لعلهم يقاومون فكرة أن

ولدهم يعاني من مشاكل دراسية ويحتاجون للمساعدة أو يقاومون فكرة أن الاساتذة ورفاق الولد يشكون من عدوانيته وكثرة أغلاطه اللغوية أو يردون التقلصات اللاإرادية التي تظهر على الولد في الوجه على أنها ناتجة عن الضغط النفسي الذي يضعونه عليه. تجدهم يرفضون الإصغاء للأصدقاء والأقارب والمعلمين الذين يستسلمون بعد فترة من هذه المسالة. وعندما لا يعود هناك مجال للإنكار يدركون أخيراً أن ابنهم لن يحقق توقعاتهم. يتوقعونه هادئاً محباً، جميلاً فإذا هو مفرط النشاط، فظ وعدواني. يريدونها فتاة جميلة، فإذا هي تصبح بدينة وغير موهوبة. يريدونه رياضياً فإذا هو أخرق أو يحب الرسم. يتوقعونها طفلة ودودة فإذا هي منطوية. يريدونه ولداً ذكياً فإذا هو يكره المدرسة أو يعاني من صعوبات تعلمية.

ما هي نتائج خيبة أمل الأهل التي يشعرون بها عندما لا يحقق طفلهم توقعاتهم منه؟ بادئاً ذي بدئ قد يقولون إن المعلمين هم المسؤولون، أو قد يلوم الأب الأم على إفسادها الطفل بتدليلها إياه فجعلته بذلك لا يستمتع بالرياضة. وقد تلوم الأم الأب على جعل الولد فظاً، غير مطيع. في النهاية تجد أن خيبة الأمل، التي تنشأ لدى الأهل لأن توقعاتهم لم تتم تلبيتها، تنعكس سلباً على أولادهم.

الخيبة تولّد الخجل

لسوء الحظ أن الولد لا يفهم أن لا علاقة للآمال التي يعقدها الأهل عليه بهم ولا يدرك أن ما يتوقعونه منه غير

عادل. الشيء الوحيد الذي يراه هو أن أحب شخصين إلى قلبه، والديه اللذين هما أشبه بالآلهة بالنسبة إليه واللذين يعتمد عليهما بشكل كامل، غير راضين عنه. ولأنه من خيب آمالهما، فهو السبب وراء خيبتهما وغضبهما. عندما لا تتمّ تلبية توقعات الأهل تنعكس سلباً على أولادهم. بسبب خيبتهما، يشعر هذا الطفل بالخجل. ويتصور عن لا وعي منه: «ما دام أهلي غير راضين عني، فأنا شخص ناقص فيه عيب». وإذا كانوا غير مسرورين منه، فيقول لنفسه: «أنا لست بخير». وبما أن الطفل لا يقدر أن يفترض أن أهله هم المخطئون، تتحول خيبة أمله إلى خجل سيضمره طوال عمره. وهذا الخجل إنما يكون ناتجاً عن معرفته بأنه ليس كما ينبغي أن يكون عليه وناتجاً عن شعوره بالذنب لأنه لا يتطابق مع ما يريده والداه منه ولأنه المسؤول عن خيبة آمال أهم كائنين في الوجود.

هكذا يكبر الطفل وهو عاجز عاطفياً وهكذا نوقف نمو ثقته بذاته. كيف له أن يحب نفسه إذا كان يشعر أنه شخص غير مقبول فيه عيب، وأنه شخص مرفوض لأنه على ما هو عليه ولن يستطيع، حتى لو أراد أن يكون مختلفاً، إرضاء لأهله؟

لا شك أننا قد نشعر بالشفقة على الطفل الذي يعاني من ألم هائل كهذا بسبب إدراكه أنه شخص غير جدير بحب والديه. يمكننا أن نرى كيف يحاول التعويض عن هذا بإرضائهم أو بالسعي إلى أن يجعل نفسه مطابقاً لما يريدونه

منه. وإذا لم ينجح ذلك سيتمرد ويجعل الآخرين يشعرون بالخجل.

فلنتوقف هنيهة لنقوّم بعض المواقف التي قد نتخذها كأهل عندما نضمر التوقعات الثابتة والاعتباطية.

التوقعات المجحفة الضيقة الأفق التي يتوقعها الأهل من أولادهم ومواقفهم منها:

* مع أن ولدي مايزال صغيراً جداً، سبق أن قررت ماذا سيكون عندما يكبر.
* من الهام أن يتّبع ابني تقاليد العائلة ويجعلنا فخورين به.
* على الطفل، حتى يتقدم، أن يستفيد من التواصل العائلي.
* أعرف ما هو الأفضل لابني ولا أهمية لرأيه.
* سيغير رأيه في الوقت المناسب وسيكون عاقلاً ويدرك أننا على صواب.
* أحلامه هراء بهراء.
* لماذا ينبغي عليّ الإصغاء إلى ما يقوله المعلمون لي؟ إنهم حمقى لا ينبغي أخذ آرائهم على محمل الجد.
* ليتني أستطيع فقط تغيير مزاجه. (إذا كان كثير الصخب أتمناه هادئاً وإذا كان منغلقاً أفضلّه منفتحاً الخ..).
* لقد خيّب أملي لأنه لا يتطابق مع ما رغبت أن يكون عليه.

* ليتها نحيفة فقط فأنا لا أحب البدينين.
* لا أرى فيه خصلة واحدة جيدة. إنه يخجلني.
* كان الأفضل لو جاءت صبياً أو العكس.
* أحسد الأهل الذين يملكون أولاداً لطيفين أو وسيمين أو أذكياء.
* ليس مسموحاً لابني الاختيار.
* أغطي عيوبه وأبذل جهدي ليظهر شخصاً كاملاً لا عيب فيه.
* أتلاعب لأجعله كما أريد أنا.
* ليتها فقط تهتم بنفسها وتعتمد رجيماً.
* أعرف من من الأصدقاء يصلحون لها.
* على ابني أن يطيعني دائماً.

لقد رأينا في فصول سابقة أن لمواقف كهذه جذورها في اعتقادات الأهل الخاطئة. في اللائحة التالية سنشير إلى بعضها.

اعتقادات خاطئة:

* أنا وحدي أعرف ما هو الأفضل لابني.
* ابني هو انعكاس مباشر ليَ أنا.
* ينتمي ابني لي أنا. يمكنني أن أفعل ما يحلو لي به.
* أملك الحق في تغيير ابني وتشكيله بالشكل الذي أريد.

* سيكون ابني دائماً مسؤوليتي.
* الغاية من وراء وجود ابني هو إسعادي.
* على ابني أن يداريني دائماً.
* كنت أستحق ولداً أفضل.
* لم تكن الحياة عادلة معي بسبب انجابي ولداً كهذا.
* لا يسبب الأولاد إلا التعب والمعاناة.
* فقط أولئك الذين نالوا شهادات جامعية هم الناجحون في الحياة
* أعرف ما الذي قد يسعد ابني.
* حتى أتأكد من أن كل شيء على ما يرام، أحتاج إلى السيطرة على حياة طفلي.
* يعارضني ابني لأنه يريد أن يؤذيني.

العبارات التوكيدية التي على ذوي التوقعات الثابتة أن يكرروها

- **أعترف بأن ابني كائن مستقل وأجلّ وأحترم شخصيته الفريدة وقدره**
- **أجلّ وأحترم كينونته وأحتفي بإنجازاته**
- **سأعطي ابني الحرية ليبحث عن دربه بنفسه**

العبارات التوكيدية الخاصة بالأهل الذين يطلبون الكمال

- أخاطر بارتكاب الأخطاء وأسامح نفسي على أخطائي
- أنا لطيف وشفوق بنفسي
- أحب كوني شخصاً مرناً وأتحمل نفسي والآخرين

أسئلة علينا التفكير فيها

في عائلتي الأصلية

* ما كانت توقعات أهلي مني؟
* هل حققت أحلامهم؟هل تطابقت توقعات أهلي مع ما أريد القيام به في حياتي الخاصة أو هل تخليت عن أحلامي لإرضائهم؟
* هل أشعر بالاستياء منهم؟
* هل خيّبت أملهم لأني لم أكن بالشكل الذي أرادوه؟ هل هم خجولون مني؟هل انا الشخص المختلف في العائلة الذي لم ينسجم ويتكيّف مع بيئته؟

في عائلتي الحالية

* أنا الآن أحد الأبوين. ترى ما هي التوقعات الراسخة في ذهني التي أتوقعها من ابني؟ إذا لم يحققها فهل سأكفّ عن حبه؟
* هل أرى ولدي كما هو أو كما أتمنى أن أراه؟

* هل أضغط على ولدي حتى يحقق توقعاتي منه، ولا أشعر بالفخر منه إلا إذا حققها؟
* هل أنا غير راض عن ولدي؟ هل أعتقد أن عندي الحق في تغييره لأنني الوحيد الذي يعرف ما هو الأفضل له؟
* هل أشعر بخيبة الأمل لأنه ليس كما توقعت أن يكون عليه؟ هل أنا خجولة منه؟

الفصل التاسع

التربية الواعية:
توقعات واسعة الأفق وحب غير مشروط

قد يجعلنا ما شرحناه عن التوقعات المجحفة الضيقة الأفق نسأل أنفسنا: «أليس هناك أنواع أخرى من التوقعات أو الآمال التي يمكن أن نعقدها على أبنائنا؟». بالتأكيد هناك! فبدل التوقعات الضيقة الأفق قد نجد توقعات واسعة الأفق.

حتى نفهم ما هي التوقعات الواسعة الأفق، علينا أن نتخيّل للحظة أن الجني ظهر وطلب منك أن تطلب ثلاث أمنيات تتمناها لطفلك. ترى ما الذي قد تختاره؟

قد يقول بعض الأهل عندما يُطرح عليهم هذا السؤال: «أريد أن يصبح ابني ناجحاً» وهذه أمنية جديرة بالاهتمام. إنها أمنية واسعة الأفق فكلمة «نجاح» ذات معنى عام جداً. فالنجاح يتطلب من الشخص الوصول إلى الأهداف وهو يجد متعة بالغة ويشعر بالرضا عن القيام بما يحبه ويمتعه. قد يكون هذا النجاح بالنسبة لأحدهم أن يصبح موسيقياً بينما قد يكون لشخص آخر أن يصبح ميكانيكياً ماهراً أو مدبرة منزل أو رجل

أعمال أو الاستمتاع بالحياة على الشاطئ. لكل إنسان مزاجه. الواقع أن التوقعات الواسعة الأفق تتطلب الحرية سامحة للطفل بأن ينجح في ما اختاره وأن يفعله بإرادته بدون أن يكون هناك أي قيد أو شرط.

ولكن التوقعات الثابتة المحددة تعكس فقط عزم الأهل على ما ينبغي على الولد النجاح فيه بدون الأخذ بعين الاعتبار ما يفضله مفترضين سلفاً ما هو النجاح بالنسبة لأولادهم وكيف ينبغي أن يحرزوه. النجاح بالنسبة لعدد كبير من الأهل يعني فقط كسب المال. وإن لم يستجب الولد، يعتبر فاشلاً.

الشيء الآخر الذي يتمناه الأهل للولد هو أن يجد الحب في حياته. إذا كانت توقعاتي متحيزة فقد أجد نفسي أقدم له النصيحة التالية:

«انظر يا جيري أعرف ما هو الأنسب لك. من الهام أن تتزوج فتاة تنتمي إلى طبقتك وخلفيتك الاجتماعية، فتاة تملك ذات مستواك الجامعي ولهذا السبب أستمر في الطلب منك ان تطلب من أثيل ابنة صديقتي ماتيلدا الخروج معك. إنها فتاة لطيفة ومهذبة وجميلة جداً. منذ أيام عندما التقيناها صدفة ونحن خارجون من السينما رأيتها تنظر إليك باهتمام وإعجاب. الثلاثاء القادم سنلعب لعبة البريدج وإذا أردت سأطلب منها عندما تأتي لتقل أمها أن تبقى على العشاء. هناك فارق كبير بين أثيل وبيت تلك الفتاة العادية التي جلبتها منذ عدة أيام... ماذا قلت اسمها؟».

ولكن مع التوقعات الواسعة الأفق قد أعطي ابني الحرية ليبحث ويجد المرأة المناسبة. إليكم بعض الأمثلة التي قد تفاجئنا. من الممكن مثلاً أن تخبرنا ابنتنا أنها تريد أن تجرب الحب عبر الدخول إلى الدير، فإن لم أكن شخصاً مؤمناً فقد أظن أنها تضيّع حياتها، أو فلنفترض أن ابننا وقع في حب امرأة أكبر منه سناً أو امرأة مطلقة عندها أولاد. هذه أمثلة قد تفاجئنا وتصدمنا. عندما تكون توقعاتنا واسعة الأفق، نضع اهتماماتنا جانباً سامحين لأولادنا بالبحث عن الحب بحرية.

راحت برسيلا تفضي لصديقتها أرنستين بأسرارها قائلة: «عندما اكتشفت أن داني يريد الزواج من أرملة عندها ثلاثة أولاد ارتعبت وفكرت بيني وبين نفسي: «أنا متأكدة أنها وجدت شخصاً يعيلها ويحل متاعبها المادية ولكن لماذا لم تجد شخصاً آخر وتترك ابني وحده» إنما الآن بعدما تعرفت إليها أكثر، وجدتها حقاً فتاة لطيفة. داني سعيد وهو يحب أولادها. عليّ أن أعترف أنها أحسنت تربيتهم».

لا تعني التوقعات الواسعة الأفق أننا لا نستطيع أن نعبر عن آرائنا ولكن عليّ أن أكون واعياً إلى أنها وجهة نظري القائمة على خبرتي الذاتية وأن على أولادنا أن يكون لهم تجاربهم الخاصة التي ستساعدهم على ترسيخ قناعاتهم. الحقيقة أن لا أحد يتعلم من تجارب الآخرين.

من الجيد أن نتذكر: **يمكننا أن نعبِّر عن آرائنا وأن نقترح بعض الاقتراحات عندما يسألنا أحدهم عن ذلك إنما علينا أن**

نعطي مساحة لأولادنا ليكوّنوا وجهات نظرهم وآرائهم.

هناك رغبة أخرى نتمناها لأولادنا وهي تتعلق بحياتهم الروحية. إذاكانت توقعاتي منهم عادلة غير منحازة، فسأربيهم بحسب دیانتي ومعتقداتي ولكن عندما يصبحون مراهقين أنا بحاجة إلى احترام خياراتهم. إذا أردنا للمراهقين أن يعبدوا الله بحسب طقوسنا الدينية فأسوأ شيء قد نفعله هو إجبارهم على هذه العبادة لأن الفرض يسبب الرفض والعصيان وينتهي بنا الأمر بأن نبعد أولادنا عما رغبنا فيه. ولكننا على أرض الواقع نرى التعصب. أليس الافتقار إلى التسامح الديني السبب وراء الحروب والعنف في كل أنحاء العالم؟

لا يعني التسامح أن تتحمل شيئاً لأن لا خيار آخر لديك ولا يعني ألا تتحرك من مكانك حتى يغيِّر رأيه. التسامح يستلزم الاحترام وأخذ رأي الآخر بعين الاعتبار في الوقت ذاته وأن تكون صادقاً فيما يتعلق بسعادته. التسامح هو سلوك فاعل يقودنا إلى تغيير العالم الذي نعيش فيه. أحب أن استشهد بما قاله الدكتور هننغ كوهلر:

> «ليس المقصود بالتسامح الفاعل أن تترك الآخرين أحراراً للقيام بما يريدون بل هو أيضاً امتلاك الرغبة في فهمهم بشكل كاف وافٍ، بحيث نحترم طريقتهم في التصرف بدون الحكم عليهم بحسب معاييرنا الخاصة».

في هذه الفكرة نختصر أعظم واجب يقوم به الفرد: أن يكون محترماً ومتسامحاً. فكل صفة من هاتين تتطلب

الأخرى، فالاحترام والتسامح أشبه بأبناء عمومة. إذا كنا نجد صعوبة في احترام الآخرين ومسامحتهم، فسنجد أن هناك صعوبة في التواصل مع أولادنا. وعندما يكون هناك نقص في علاقات كهذه فسنُبتلى بتجارب تمكننا من النضوج. فلنعط بعض الأمثلة:

* قال أحدهم: «لا أتحمل الأغبياء والبطيئي الاستيعاب». بعد سنوات أنجب ولداً ثالثاً فإذا بهذا الولد يعاني من قصور عقلي.
* «أكره اليهود». أتعرفون بمن تزوجت ابنته؟ بيهودي بالتأكيد.
* «آخر شيء أريده في هذه العائلة حدوث طلاق». بعد خمس سنوات تطلقت ابنتاه.
* «لا أتحمل الأشخاص البدينين». عندما بلغت ابنته سن المراهقة أصبحت بدينة.
* «عائلتي مثالية». ابنه مسجون لأنه يتاجر بالمخدّرات.

غالباً ما نتعلم بأصعب الطرق، ولكن هذا عائد إلى القسوة والافتقار إلى التفاهم المتجانس. الواقع أن الأقدار تضعنا في أوضاع تجبرنا على التخلي عن أحلامنا المسبقة وتجعلنا نعيد تقييم مواقفنا. وكلما كنا عنيدين متشبثين بآرائنا وكلما كنا متحيزين، ازداد البلاء، الذي سيعلّمنا، صعوبة.

وكأن الحياة تهمس لنا: إن كنتم لا تريدون الإصغاء فسيبدأ الصراخ، وإن لم تعيروا الإنذار اهتماماً فعندئذ ستقع

مصيبة على رؤوسكم. ولكن الخيار خيارنا. كيف نقرر أن نتعلم؟

التوق إلى الحب غير المشروط

عندما تكون توقعاتنا من أبنائنا جامدة ومتحيزة، نفصل أنفسنا عن الحب غير المشروط، ذلك الحب الذي نتوق ونطمح إليه جميعاً. إنه الحب الذي يقبل كل شيء، والذي لا تؤثر فيه المظاهر ولا يطلب شيئاً بالمقابل. إنه الحب الذي لا يحكم على الآخر وهو الحب الذي يجعلنا نشعر بالكمال بما نحن عليه، إنه لا يطلب شيئاً لنفسه، بل يعطي كل ما عنده. إنه الحب الذي لا يحتاج سبباً يعلّله؛ والحب الذي لا يُكتسب وبفضل طبيعته هذه لا يمكن لهذا الحب أن يضيع. إنه الحب الذي يصدّق كل شيء ويصبر على كل شيء. إنه الحب الذي يتخطّى الزمان والمكان. إنه حب إلهي!

أما التوقعات الضيقة الأفق فتغطي أعيننا فلا نرى عندها إلا المظاهر وتعمينا فلا نعود نرى إلا القشور الفارغة من ثياب ولياقات اجتماعية وتصفيفات شعر، وحركات وسلوك. وعندئذ يستولي علينا النقد والحكم على الأشياء لأننا نصبح عاجزين روحياً.

قالت إحدى المعلمات لأحد تلاميذها في رياض الأطفال الذي كان يمرّ بنوبة غضب: «**أنت ألطف من سلوكك**»

كهذه المعلمة، التي رأت ما وراء الفظاظة والعادات

السيئة لدى الطفل، علينا أن نفتح عيوننا ونوسع إدراكاتنا لنميّز ما هو السطحي والقصير الأمد من تصرفاته. علينا أن ننظر إلى ما وراء المظهر الخارجي للطفل ونرى الشعلة الإلهية التي تجعله كائناً فريداً:

«عليك أن تقلقي من مسألة زيادة الوزن عند مارغريت. من المخجل لمن تملك وجهاً كهذا الوجه أن تكون بدينة. أتظنين أن اي رجل قد ينظر إليها؟ رحماك يا رب. أخضعيها لرجيم». هذا ما نصحت الجدة ابنتها به. هذه الابنة غضبت من الأم ولكنها أخفضت عينيها وعضت شفتها لئلا تقول شيئاً قد تندم عليه لاحقاً.

لأن الجدة لم تر ما وراء مشكلة الوزن، عجزت عن تقدير مزايا مارغريت الجيدة. المظهر الخارجي بالنسبة لها هو الأهم. الحفيدة التي شعرت بأنها شخص مرفوض يتم انتقاده، نهضت وغادرت الغرفة. إننا في الواقع نشوه العلاقات عبر إيلائنا الاهتمام الكبير للتفاصيل التافهة. الحب الذي يغني حياة الحفيدة والجدة لن يتواجد أبداً. كم من الأشياء الهامة في الحياة نفقدها بسبب أولوياتنا الخاطئة؟.

هدية للحياة

أحب أن أفكر أن كل طفل يجلب هدية للحياة. فلنتصور أن هذه الهدية ملفوفة بورق الزينة وهذا ما يجعلنا لا نعرف ماذا فيها. عندما يكبر الطفل نشرع بنزع الأوراق التي تلفها فندرك ماذا فيها. الواقع أن مهمتنا كأهل ومعلمين أن نرافق

الطفل في رحلته المؤقتة في الحياة مقدمين له المساعدة لاكتشاف هويته والدرب الذي يريد السفر فيه ولاكتشاف ما يريد أن يحققه والمكان الذي يريد الذهاب إليه وما يود تقديمه للآخرين. باختصار نقول إنه في هذه الرحلة سيكتشف طبيعة الهدية التي تخوله تحقيق قدره.

قد يكون أحياناً حمل وولادة الطفل مفاجأة كبيرة. هناك نسوة يحبلن في وقت متأخر من عمرهن بآخر ولد لهن وقد يتلقونه ومشاعرهن متناقضة تجاهه ربما لأنهن منذ سنوات لم يحضنّ طفلاً ولأن هذا الطفل يتحول إلى مصدر فرح للعائلة. إنه الطفل الذي يدفئ القلب، طفل عذب،جميل،ضاحك يلهينا ويريح التوتر الموجود في العائلة. عندما يولد ندرك سبب وجوده معنا ونبدأ باكتشاف الهدية التي جلبها إلى حياتنا.

والطفل العاجز المريض يجلب إلينا أيضاً هدية. فلعله وُلد لمساعدتنا على تنمية الصبر والقدرة على التحمل والشفقة، أو لعله ولد ليجعلنا نواجه سطحيتنا وغرورنا وتحجر أفئدتنا ولنرى أولوياتنا الحقيقية في هذه الحياة. ترى أيجعلنا عجزه أكثر إدراكاً ووعياً بالنعم التي أنعمها الله علينا فنحمده عليها؟

إذا كنا نميل إلى فرض توقعاتنا الجامدة الضيقة الأفق على أولادنا فيمكننا أن نكرر ذهنياً:

لا أعرف من أنت، ولا أنت تعرف من أنت أيضاً ولكني هنا كشخص ناضج من أجل تمهيد دربك وحمايتك والعناية بك

باحترام عميق سامحاً لك أن تكبر وتنمو بحيث يمكنك إيجاد طريقك وقدرك.

تذكر لماذا نكوّن عائلة

أظن أن علينا جميعاً ان نسال أنفسنا من وقت لآخر هذا السؤال: «لماذا رزقت بهؤلاء الأولاد؟ لماذا نحن معاً كعائلة؟ أهي صدفة أم حدث عارض؟ أهناك يا ترى ما عليّ أن أتعلمه منهم ويتعلمونه مني»؟

لا أؤمن بالصدف بل اؤمن بأننا نريد أن نتعلم من بعضنا بعضاً في العائلة. التعايش هو النص الذي نكتبه وننقحه يوماً بعد يوم. فلكل شخص منا موضوعه ومهمته التي عليه تعلمها. بعض الدروس تفشل فيكون ضرورياً أن تتكرر لنتعلم منها، فالله كريم يمنحنا فرصاً عديدة لنتغلب على التجارب التي تقدم لنا. أحياناً نستشير أولئك الذين مروا بهذه الدروس والذين سيشرحونها لنا مراراً وتكراراً. أحياناً نفتح آذاننا وعقولنا وأحياناً أخرى نضع على عيوننا غشاوة فإذا الذي هو واضح للآخرين يصبح لنا مبهماً. بعضنا يختار أن يتعلم من خلال الحب والسعادة بينما آخرون يتعلمون من خلال الألم والمعاناة. بعضنا يستفيد من الفرص بينما يتجاهلها آخرون، ولكننا في نهاية حياتنا ندرك أخيراً أننا خلقنا واقعنا بأنفسنا. بسبب حرية الإرادة اخترنا إما أن نبقى في حالة من التجاهل واللاوعي وإما أن نكبر ونتطور لندرك في نهاية المطاف ما الذي أنجزناه في حياتنا التي اعتمدنا فيها على أنفسنا.

الشخصية والقدر

عندما نتحدث عن الشخصية أو عما يجعلنا فريدين ومختلفين عن الآخرين، قد نقول إنها نتيجة خليط مميز من عناصر متعددة تشمل جسدنا وحياتنا العاطفية والروحية والعقلية ومزاجنا. في هذا المخطّط الإلهي العجيب اخترنا أن نترعرع في عائلة محددة حتى نتعلم دروساً في الحياة ما نزال بحاجة إلى اتقانها وإجادتها. القدر لا يحدد فقط الدروس التي لم نتعلمها بعد بل يحدد أيضاً ما نقدر على المساهمة فيه في الحياة. وهما يعطياننا سبب وجودنا ويردّان على السؤال الذي طرحناه سابقاً: «لماذا أنا هنا؟»

نظهر كأهل عجرفة كبيرة معتقدين أن بإمكاننا أن نتدخل في هذا المخطّط الإلهي الخاص بأولادنا وكأننا نعلم ما ينبغي أن يفعلوه في حياتهم وكيف ينبغي أن يفعلوا، معتقدين أن عندنا الحق في التقرير نيابة عنهم، ساعين إلى تغيير أقدارهم لتتوافق مع رغباتنا. ولكن لممارسة هذا الحق مخاطر كبيرة ليس على أولادنا فحسب بل علينا نحن أيضاً. عندما يكون ولدنا محبطاً أثناء فترة نموه، فسيحرم من فرصة أن يصبح شخصاً يشعر بالرضا. تجدنا حتى مماتنا نأخذ على عاتقنا مسؤولية حياة أولادنا وهو ما لا ينبغي لنا القيام به. إننا بحملنا على عاتقنا هذه المسؤولية ندّعي أننا آلهة، سامحين لأنفسنا بالارتباط بواجب ليس واجبنا.

ولكن حينما نحترم شخصية أولادنا سامحين لهم باختيار

أقدارهم، فستنتهي مهمتنا عندما يكبرون ويصبحون راشدين. ونكون بذلك قد قمنا بإرشادهم حتى سن النضوج وبات عليهم الآن تحمل مسؤولية مستقبلهم. إننا بذلك أشبه بالعصفورة الأم التي تطعم فراخها الصغار بصبر وأناة حتى ينبت ريشها وتقدر على تعليم نفسها الطيران. عندئذ سنقدر على مراقبتهم بفخر وهم يبدؤون حياة جديدة.

عندما نربي أولادنا بهذه الطريقة، نترك لهم الباب مفتوحاً بحيث يقدرون عندما يصبحون راشدين على السعي إلى رفقتنا ليس لأن ذلك واجب عليهم بل لأنهم يستمتعون بتواجدهم معنا. إذا كنا نتطلع بشوق إلى علاقة عامرة بالحب في المستقبل، فعلينا أن نزرع بزور الاحترام والقدرة على التحمل والحرية في الصغر لنحصدها في الكبر.

الخلاصة

تنشأ التوقعات الضيقة الأفق من الرغبة في التحكم بحياة أولادنا ومن رغبتنا في تحقيق أحلامنا من خلالهم. نحن نعتبر أولادنا ممتلكات خاصة بنا وامتداداً لأنفسنا وكل ما يقومون به يؤثر في صورتنا كأهل، ولهذا نشعر كأهل بالحاجة إلى التأكد من أن سلوكهم يتماشى مع طموحاتنا الشخصية.

في هذه الحالات ينتهك الأهل حقوق أولادهم ليحددوا الطريق الذي يتبعونه ويجبرونهم على تحقيق قَدَرٍ أوحى لهم به أسلافهم.

لأن توقعات الأهل المحددة لا تأخذ بالحسبان ما يرغب فيه الولد وما يفضله، تتحول خيبة أمل الأهل عندما يعجز الأولاد عن تحقيق هذه التوقعات إلى شعور بالخجل. يشعر الولد بالخزي من نفسه لأنه خيّب آمال أولئك الذين يعتمد عليهم فتكون النتيجة أن يشعر طوال العمر بالفشل وعدم الجدارة.

التوقعات الضيقة الأفق هي ضريبة أنانية لا تسمح للطفل بتحقيق قدراته الكامنة لأنه حُرم من إمكانية ممارسة الإرادة الحرة الأمر الذي يؤثر في ثقته بنفسه ويمنعه من حرية التعبير ومن قدرته على تحقيق قدره.

أما التوقعات الواسعة الأفق والمرنة فتعكس رغبتنا الصادقة بأن يحقق أولادنا أنفسهم كأشخاص مستقلين قادرين على النمو والتطور وفقاً لقدراتهم الكامنة.

عندما تكون توقعاتنا من أبنائنا واسعة الأفق ندرك أنهم يملكون كل ما هو ضروري لينموا ويتطوروا بحيث نأخذ شيئاً فشيئاً بتسليمهم مسؤولية حياتهم كاملة. دور الأهل هو الإرشاد والتوجيه مؤقتاً بحيث نقف جانباً حالما يصل الولد إلى النضج. هذا هو تعبيرنا الصادق له عن الحب لأننا سنكون قادرين على تركه ليحقق قدره بحرية.

أسئلة علينا أن نطرحها

- هل توقعاتي من ابني واسعة الأفق؟ ما هي الهدايا الثلاث التي أرغب في تقديمها لابني؟ هل ستعطيه هذه الأمنيات

الحرية ليكون هو نفسه وليحقق أحلامه؟

- هل أعتبر ابني كائناً منفصلاً عني؟ أو هل أراه امتداداً لصورتي الذاتية؟
- ما هي القدرات التي يملكها ابني؟ ما الذي يجعله فريداً ومختلفاً عن أي شخص آخر؟
- هل آخذ بعين الاعتبار ما يرغب فيه ابني وما يفضله؟
- ما الهدية التي جلبها لحياتي؟

الفصل العاشر

موقف خاطئ: المقارنة بين الأولاد

«ليتك كنت فقط كأختك! هادئة دائماً وتلميذة مجتهدة، إنها لا تسبب لي المشاكل أبداً. أما أنت! فلا أدري من تشبه ومثل من تتصرف». هذا ما قالته الأم لابنها بيأس.

أود القول لهذه المرأة: «إنه لا يشبه أحداً ولله الحمد».

هل نصر على مقارنة أولادنا بالآخرين لأننا نعتقد أنها طريقة لتحفيزهم حتى يتحسنوا؟ أو ربما لأن هذا ما فعله أهلنا معنا؟ في الأيام السابقة كانت العادة أن يركِّزوا على الولد البكر ليرضوا فكرة الأهل عن الولد المثالي ولأن العائلات كانت كبيرة فيها عدد كبير من الأولاد كان هذا شائعاً. كل ما كان عليهم قوله للأولاد الأصغر سناً: «اتبع خطى أخيك البكر». هذا قول سهل، عملي ولكن المشكلة الوحيدة أن البكر كان يكبر كصورة مصغرة عن الراشد وكان عليه أن يتحمل مسؤولية أن يكون كاملاً من أجل إخوته وأخواته. ومما لا شكّ فيه أن إخوته كانوا يمتعضون ويستاؤون منه.

«أتمنى أن تكون مجتهداً كأخيك» هذا ما علّق به الأستاذ وهو يتحدث إلى مارتي في أول يوم مدرسي

له. «كان يدرس بجد ويحسن التصرف.. وأتوقع منك الشيء ذاته». دخل مارتي إلى الصف وهو يجر نفسه جراً لأنه سيبدأ عامه الدراسي مثبط الهمة.

عندما تتم مقارنة الولد بولد آخر، يتلقى هذه الرسالة:

«اسمع، أنت لا تملك أي قيمة بحدّ ذاتك. ولهذا يجب أن تقارن نفسك دائماً بالآخرين، تلك المقارنة هي التي تجعلك تحدّد قيمتك الفعلية!»

الولد الذي ينشأ وهو يُقارن بالآخرين، يتعلم أن يقوّم نفسه ويزنها مقارناً إياها بالآخرين. وهذا يخلق شعوراً بعدم الأمان: «أنا الآن جدير بالاحترام أكثر من أي شخص آخر ولكن هل سأظل غداً الأفضل؟»

تضعنا المقارنة دائماً تحت أو فوق الآخرين درجة: **«أنا أفضل من.. أنا أسوأ من...؟»**

يرتبط شعور الولد الذي يقارن بالآخرين بحاجته إلى أن يكون محبوباً. فإذا اعتقد الولد أن عليه أن يكون الأفضل حتى يحبه والداه، فسيبذل قصارى جهده حتى يريهما أنه يستحق حبهما. وإذا كان المطلوب حتى يحقق هذه الغاية، أن يحطّ من مكانة إخوته بحيث يسقطون من عيون أهلهم، فسيفعل ذلك. حاجته إلى الحب والقبول هامة جداً بالنسبة له وإذا كان عليه أن يخونهم ليحقق هذه الحاجة فلن يكون لديه خيار آخر غير هذا. الواقع أن هذه هي الطريقة التي تؤدي إلى تقويض العلاقة بين الإخوة والأخوات. تبدأ المنافسة ليحصل

الرابح على حصة الأسد وليصبح المحبوب الأول من أهله. عندما نعلّم أولادنا من خلال المقارنة فإننا بذلك نفسخ العلاقات التي يجب أن تتواجد بينهم محولين إياها إلى علاقات قائمة على الحسد والغيرة والخيانة.

عندما رجع الأهل من السينما وجدا غرفة الجلوس في فوضى عارمة فبقايا الأطعمة والفتات على الطاولة وعلى الأريكة فتساءلت الأم: «رباه ما الذي حدث هنا؟». سارعت أليس إلى ملاقاة والديها: «إنهما أريك وألن». استدعى الأبوان المذنبين وراحت الأم توبخهما: «سارعا إلى تنظيف الغرفة فوراً وغداً أنتما محرومان من مشاهدة التلفزيون. مفهوم؟». نظر ألن وأريك بعداوة إلى أليس التي اقتربت من أمها هازئة منهما.

عندما يقوم الأخ باتهام إخوته فإنه بذلك يخونهم وهو يفعل ذلك عن لاوعي منه ليجعل أمه تعتقد أنه غير مذنب.

«لماذا فعلت ذلك؟ إن لم تقل لي من فعل ذلك فلن أسمح لك بالذهاب إلى الحفلة، أتسمعني؟»

إذا وضعنا الولد في موقف كهذا فنحن بذلك نشجعه حتى يخون إخوته الذين سيتعلمون أن يخونوا الآخرين من أجل إرضاء اهلهم. علينا، كما يقول الطبيب النفساني الشهير الدكتور رودلف دركيرز، «أن نضعهم جميعاً على ذات المركب» ليعمل الجميع على إصلاح الضرر الذي وقع. على جميع أفراد العائلة أن يتعاونوا على حل المشكلة:

جاءت الأم إلى البيت فوجدت الحمام مغموراً بالماء

ووسخاً. كان واضحاً أن أولادها كانوا يلعبون بالماء فنادت أولادها الثلاثة وقالت لهم: «عليكم جميعاً تنظيف الحمام. اذهبوا اجلبوا الممسحة لتنظفوا هذه الفوضى». فاعترضت مارسي: «ولكني لم أفعل شيئاً». «بل فعلت». قال أد: «أنت من بدأ»، فقطعت الأم نقاشهما: «عليكم جميعاً تنظيف الحمام. مارسي اذهبي واجلبي الممسحة وأنت يا أد وكايت ابدءا بالتقاط الألعاب والمناشف عن الأرض».

في اليوم التالي عندما استعد أد وكايت للاستحمام اقتربت مارسي منهما منذرة: «إياكما أن تبدءا برش الماء على بعضكما بعضاً اليوم».

لقد تجنبت هذه الأم وقوع خلاف بين أولادها الذين كانوا سيتجادلون ويلقون اللوم على بعضهم بعضاً. عندما أصرت على أن المطلوب من الجميع المساعدة، علمتهم أن التعايش يتطلب التعاون. حينما نكون جميعنا على ذات المركب، ستبذل المجموعة جهداً بحيث يسلك كل شخص سلوكاً حسناً. هذا أشد فعالية من أي عقاب أبوي لأن الأخوة أنفسهم سيتأكدون من ألا يسيء أحد السلوك لأن على كل فرد في العائلة أن يدفع الثمن.

هذه الاستراتيجية مفيدة أيضاً للمعلمين.

«لقد تلقيت شكوى مفادها أن هنالك من يرمي الكرات المخاطيّة على سقف الحمامات. عندما ستنتهي هذه الحصة وقبل الذهاب إلى الفرصة يجب عليكم تنظيف

الفوضى التي أحدثتموها. ولن تبدأ الاستراحة حتى ينتهي هذا العمل». هذا ما أعلنته معلمة الصف السادس لتلاميذها. أصغى بعض التلاميذ باشمئزاز فيما اعترض آخرون قائلين إنهم لم يفعلوا شيئاً. ولكن المعلمة أصرت: «آسفة! على الصف كله تحمل مسؤولية ما حصل».

من المؤكد أن عملاً كهذا لن يحدث مجدداً لأن تلاميذ هذا الصف سيضغطون على بعضهم بعضاً لئلا يتكرر هذا المقلب. لقد تمت معالجة الوضع بدون أن يخون التلاميذ بعضهم بعضاً.

ثمة مشكلة أخرى تحدث عندما يُقارن بين الأولاد والأخوة هي أن عدم ثقتهم بقيمتهم الخاصة يدفعهم إلى البحث عن التقدير الخارجي. فالولد بحاجة أن يطمئن إلى أنه يقوم بالأعمال بالشكل المناسب وأنه يستحق رضانا عنه.

أرى إسحاق أمه رسمته: «إنها جميلة جداً». قالت له أمه ذلك وهي تمرر يدها على شعره الأجعد. جاءت كوري ووضعت رسمتها فوق رسمة أخيها وقالت: «انظري إلى رسمتي! إنها أجمل. أليس كذلك؟»

شعرت كوري بعدم الأمان عندما أعارت أمها اهتمامها لأخيها معتقدة أن الحب الذي يحصل عليه هو حب يُنتزع منها وكأن هناك مقداراً محدوداً منه فقط وأن عليها المقاتلة لتحصل على حصتها من هذا الحب. المقارنة بين الأخوة تحث على منافسة يصعب التقاتل عليها.

يجنح بعض الأهل إلى التطرف راغبين أن يكونوا عادلين جداً. عندما يقطعون الكايك مثلاً يحاولون التيقن من أن كل قطعة تعادل القطعة الأخرى بدقة وعندما يشترون أحذية لأحد ابنائهم، يجب أن يشتروا أحذية لجميع أولادهم. إذا حضنوا أحدهم، يجب أن يحضنوا الآخرين أيضاً بشكل متساو. نية هؤلاء الأهل حسنة ولكنهم أثناء سعيهم إلى تحقيق العدل الكامل يخلقون المشكلة التي يحاولون تجنبها لأن أولادهم سيصرون على أن على كل شيء أن يكون متساوياً وسيشكون أن أهلهم غير عادلين لأن لديهم من هو مفضل. الواقع أن المبالغة في بذل الجهد من أجل برهنة أن كل ولد من أولادهم هو كإخوته تماماً يخرب عليهم في نهاية المطاف هذه النوايا الحسنة.

علينا أن نحاول أن نكون عادلين إنما بدون مبالغة، مولين عنايتنا لمن نجد أنه يحتاجها في الوقت الحالي بحيث نطمئن أولادنا أنهم سيحصلون على حصصهم في الوقت المناسب. بهذه الطريقة سيتعلمون أن الأهم أن ننتظر. والانتظار يقتضي،في الواقع، ضبط النفس وهو أمر يحتاج أبناؤنا إلى تنميته.

ما هو ضبط النفس بالنسبة للولد؟

- **ضبط النفس: هو القدرة على تأجيل تلبية رغباتنا وحاجاتنا**

قالت إيزادور ابنة الخمسة أعوام «ماما أنا عطشانة. أريد ماء». ردت الأم: «في محطة البنزين التالية.

سأركن جانباً وعندها يمكنك أن تشربي». «أريد أن أشرب الآن، الآن». ردت الأم بهدوء وهي تنظر بطرف عينها إلى المرآة أمامها: «آسفة عليك أن تصبري قليلاً».

إيزادور منزعجة لأنها عطشى ولكن عليها أن تتعلم كيف تتحمل هذا الانزعاج كجزء لا مفر منه في الحياة. عندما نحاول أن نبقي الأولاد بعيداً عن المرور ببعض التجارب، نحول بذلك بينهم وبين تنمية المرونة، فيكبرون معتقدين أن على الحياة أن تتكيف معهم لا أن يتكيفوا معها. علينا كأهل ومعلمين أن نعرف أنه كلما كان أولادنا أقل تكيفاً مع التجربة، زادت حياتهم صعوبة.

لماذا يعتبر ضبط النفس على هذه الدرجة من الأهمية؟ لأن ضبط النفس يسمح لنا بالتحكم بحياتنا بدل أن تتحكم بها رغباتنا ونزواتنا. إنه يسمح لنا أن نراقب الوضع وأن نحدد ما هو الأفضل لنا.

• ضبط النفس: هو التفكير ملياً قبل الإقدام على العمل ومعرفة كيفية التمييز بين ما ترغب فيه و بين ما هو ملائم لك في أي وضع معين كان

اتهم براد النادل في أحد المطاعم ظلماً بأنه لم يخدم زبائن هامين للمطعم كما يجب. صاح صاحب المطعم به في المطبخ وهدده بالطرد من العمل. شعر براد بالسخط وأراد أن يدافع عن نفسه ولكن لأنه يعرف جيداً طبع صاحب المطعم الناري قرر أن ينتظر حتى يهدأ صاحب المطعم. عض على شفته وكظم غيظه.

بعد ساعة عندما هدأ رئيسه وأصبح في مكتبه وحده، اقترب براد وشرح له ما حدث.

يعمل براد في هذا المطعم منذ سنوات ويعرف صاحبه جيداً. إنه أيضاً يأخذ بالحسبان أنه يعتمد على هذا العمل لإعالة زوجته وأولاده الثلاثة. ورغم شعوره بالسخط والغضب، نظر إلى الوضع بشكل مباشر وقرر ما هو الأفضل لنفسه. كبح جام غضبه ليحمي عمله. على الفرد منا أن يبدأ منذ الطفولة بتنمية القدرة على كبح نزواته عندما يجد أن العواقب قد تكون وخيمة.

كان فيليب ابن الثلاث سنوات غاضباً من أخته البالغة من العمر سنة ونصف لأنها عضت لعبته فانتزع قطعة خشبية وأراد أن يضربها بها على رأسها. أسرعت الأم وأمسكت ذراعه: «أعرف يا فيليب أنك غاضب من أختك ولكن عليك ألا تضربها»

لقد تعاطفت هذه الأم مع مشاعر ابنها، معترفة بحقه في الغضب ولكنها أعلمته أن أذية أخته عمل مرفوض. عندما كبحته، ساعدته أن يدرك أن عليه أن يكبح جماح غضبه مع أنه يشعر أن أخته أساءت إليه بما فعلته. الرسالة واضحة: الغضب مسموح أما الأذية فمرفوضة. وشيئاً فشيئاً سيفرض الأهل الحدود على الأولاد لمساعدتهم على تنمية ضبط النفس.

• ضبط النفس: هو كبح الذات ليكون الشخص قادراً على اختيار عدم أذية الآخرين

فرانسيسكا ابنة الخامسة عشر عاماً غاضبة من أختها لأنها استعارت كنزتها المفضلة بدون إذنها وأعادتها متسخة بشكل كبير: «ماما أختي بدينة، مقرفة فقد أوقعت الطعام في كل مكان في الكنزة. انظري ماذا فعلت بكنزتي. سأقول لها إنها خنزيرة»

«حسناً أتفهم ما تشعرين به. أعرف أنك تحبين هذه الكنزة كثيراً ولكن تذكري أن أختك حساسة جداً على وزنها الزائد. إذا ناديتها «بدينة أو خنزيرة» فستؤذين مشاعرها.

«إنها تستحق ذلك» أجابت بذلك فرانسيسكا وخرجت من الغرفة.

انتظرت فرانسيسكا أختها حتى عادت وعندئذ اكتفت بالقول لها: «لماذا لم تأخذي إذني أولاً ولماذا لا تكونين أكثر حذراً عندما تأكلين؟ عليك أن تدفعي حتى أرسلها ليتم تنظيفها»

نقدر جميعاً على الأذية، وهذا ليس سراً. ومن يعتقد أنه لايقدر على ذلك فهو يضحك على نفسه. ولكن لدينا القدرة على الاختيار. وكلما أصبحنا أكثر وعياً بتأثيرنا في ما حولنا، أصبحنا أكثر قدرة على تحمل مسؤولية ضبط أفعالنا وكلماتنا.

إذا رغبنا في تعليم أولادنا مراعاة مشاعر الآخرين والتعاطف معهم، علينا أن نكون نحن قدوة حسنة.

الخلاصة

يقارن الأهل بين ولد وآخر لأنهم يعتقدون مخطئين أنها الطريقة التي تحفزهم على التحسن. ولكن المقارنة أبعد الطرق الموصلة إلى التحفيز فهي تثبطهم وتجعلهم يعتقدون أن لا قيمة لهم وأن قيمتهم عرضية ومتغيرة. هذا يعني أن الولد بحاجة إلى أن يقيس نفسه بالآخرين من أجل أن يحدد مدى قيمته، والنتيجة أن يشعر بعدم الأمان والاعتماد على التقدير الخارجي أي تقدير الآخرين له.

إليكم عواقب المقارنة:

* نشوء الحسد والغيرة والوقاحة.
* بسبب إجباره على التنافس مع الآخرين، تتأثر قدرته على التواصل.
* بسبب سعيه إلى أن يكون الأفضل بين إخوته ورفاقه تجده يخونهم.
* هو مقتنع بأنه لن يكون محبوباً إلا إذا كان الأفضل وهذا ما يجعله يشعر بعدم الاطمئنان إلى عاطفتنا تجاهه.
* ثقته واحترامه لذاته ضعيفين.

قد تساعدنا هذه العبارات التوكيدية على الإقلاع عن المقارنة بين أولادنا واعتبارنا إياهم أشخاصاً فريدين.

العبارات التي على الأهل تكرارها إذا كانوا يجرون المقارنات

- أقدّر قوة طفلي الداخلية ومواهبه وأدعم خياراته التي يقوم بها من أجل تطوره
- أقدّر الخصائص الفريدة لكل ولد من أولادي
- أحترم فرادة طفلي
- لأن المقارنة تؤذي تقدير طفلي لذاته، سأكبح نفسي عن مقارنته بالآخرين
- أحترم الاختلاف عند جميع أولادي

أسئلة علينا التفكير فيها

في عائلتي الأصلية (والداي وإخوتي)

- هل كان أهلي يقارنون بيني وبين الآخرين؟ مع من كانوا يقارنونني؟
- كيف أتذكر شعوري عندما كانوا يقارنونني مع غيري؟
- هل كان هناك تنافس بين إخوتي؟ كيف كان هذا التنافس يؤثر في علاقتي بهم؟
- هل كنت أتنافس مع أصدقائي؟
- هل كنت أشعر بأن عليّ أن أكون الأفضل لأكون محبوباً؟
- هل أذكر أني خنت إخوتي أو رفاقي؟
- أما زلت أتنافس معهم؟

في عائلتي الحالية

* أنا الآن والد. ترى هل أقوم بالمقارنة بين طفلي والآخرين بغية تحفيزه حتى يتفوق؟ مع من أقارنه؟ما هي ردة فعل ولدي على مقارنتي إياه بإخوته أو أصدقائه؟
* هل يصعب عليّ أن أعترف بإنجازاته؟ هل أعتقد أني إذا فعلت ذلك سيتوقف عن المحاولة؟
* هل أتنافس معه؟ هل عليّ أن أربح؟
* هل أحتاج إلى أن أريه أني أفضل منه، أذكى منه، أقدر منه الخ. . .
* هل أطالبه بأن يكون أفضل من الجميع؟ أو أريه حبي فقط عندما يربح ويتفوق؟ أو فقط عندما يفعل ما أريد منه القيام به؟

الفصل الحادي عشر

التربية الواعية: تقدير الذات والتربية بحب

إذا سألتك ما هي أجمل زهرة في العالم، قد ترد عليّ: «آسف، ولكن سؤالك مناف للعقل فجميع الأزهار جميلة. الزهرة التي قد أختارها هي ما أفضله أنا ولكن لا يعني ذلك أن الجميع قد يوافقونني الرأي».

قد أفضل هذا النوع من الأزهار وقد تفضل أنت نوعاً آخر وأصدقاؤنا قد يفضلون أزهاراً أخرى. لكل منا ذوقه، ولكننا قد نوافق جميعنا على أن جميع الأزهار فريدة وثمينة.

دعونا نعتبر أولادنا أزهاراً. إنهم جميلون ومختلفون، لا يمكن المقارنة بينهم. فلكل واحد منهم قوته ومواهبه ومصاعبه وتحدياته. كل واحد منهم فريد بشخصيته، مثالي للدروس التي تنتظره في الحياة.

إنه الشخص المثالي للبحث عن قدره وتحقيقه.

توقف عن المقارنة

عندما يقارن أولادنا أنفسهم بالآخرين علينا أن نوقفهم.

سخر جيمي قائلاً: «موني، موني.. أنا أخذت درجة «أ» على الرياضيات أما أنت ففشلت». تدخلت الأم قائلة: «جيمي أنت بارع في الرياضيات وأختك بارعة بالعزف على الفلوت. لا يمكنك المقارنة بينك وبينها. فجيمي هو جيمي ومونيكا هي مونيكا»

شرح بسيط ومحدد. مع أنهم قد يستمرون في مقارنة أنفسهم بغيرهم من وراء ظهورنا إلا أن عليهم أن يعرفوا أننا لا نحب هذه المقارنات.

سمعت الأم صوت بكاء فذهبت إلى غرفة ابنتيها: «ما الأمر يا جولي. ما المشكلة؟». «تانيا جميلة جداً والجميع يحبونها. أما أنا فقبيحة وغبية ولا أحد يحبني»، قالت جولي ذلك وهي تغطي وجهها بالوسادة.

ضمتها أمها قائلة: «تعالي إلى قلبي. ألا تحبك هيلين أعز صديقاتك؟ وماذا عن أبيك ألا يحبك؟ وأنا ألا أحبك أيضاً؟ بالتأكيد نحن نحبك كثيراً. أختك تانيا جميلة جداً، صحيح ولكن أنت أيضاً جميلة جداً. كل واحدة منكما مختلفة عن الأخرى. أنت مثلاً عاطفية تملكين قلباً صافياً نقياً كالذهب الخالص وأنت مسلّية أيضاً وتضحكيننا. أتذكرين تلك النكتة التي قلتها لوالدك؟ حسناً. سمعت أباك يقولها لعمك وقد ضحكا عليها كثيراً...»

ليس علينا أن نحط من قدر ولد لنرفع قدر ولد آخر. لم

تنكر الأم أن تانيا جميلة ولكنها أكدت على ميزات وخصائص جولي مذكرة إياها أن الجمال ليس جسدياً فقط. علينا أن نتواصل مع جمال أولادنا الداخلي ليستطيعوا أن يقدروه جيداً. كان على جولي أن تدرك أنها فريدة وأنه لايمكن المقارنة بينها وبين أختها. أن تفهم أين هي قيمتها الحقيقية وماهي ميزاتها لأمر جدير بالاهتمام.

الاعتراف بالقدرات والخصائص

علينا بدل المقارنة، أن نمدح تلك الفروقات التي تجعل أولادنا فريدين، لا يمكن مقارنتهم بأحد. وأن نمدح تلك الفروقات التي تميزهم عن غيرهم. عندما نعترف بخصائصهم ومميزاتهم يتعلمون تقدير أنفسهم فالولد يستنتج: «إذا كان أبي وأمي يقدِّران ما أنا عليه، فلا بد أني أملك شيئاً ما جعلني شخصاً مميزاً».

* «يا للرسمة الجميلة يا تريش! لديك ذوق رفيع في الألوان وأنت إلى ذلك تمزجينها بشكل جيد فعلاً».
* «يا لطريقتك في الركض يا كايث! وكأنك كنت تسابقين الريح. أنت حقاً سريعة»
* «هل تعرفين لماذا يأتي جميع رفاقك إليك عندما يقعون في مشكلة؟ لأنك تعرفين ما تقولين لهم لتجعليهم يشعرون بأنهم أفضل حالاً».
* «هذه السلة التي صنعتها يا روث جميلة حقاً».

عليك أن تقرأ كتاب «أطر العقل (Frames of Mind) للكاتب هاورد غاردن وهو يتحدث عن نظرية تعدد الذكاءات. عندما نفحص لائحة أنواع الذكاء سنتفاجأ بمدى محدودية حكمنا على الذكاء فنحن نظن ان الذكي هو ذاك الذي يمتلك ذكاء أكاديمياً. لماذا لا نقدِّر بالمثل أولئك الذين يقدرون على التواصل مع الآخرين وأولئك الذين يقدرون على التعاطف مع الآخرين أو الشفقة عليهم؟ أو لماذا لا نقدِّر الولد الفنان أو العازف؟ في آخر مرة سمعت فيها توماس أرمسترنغ يتكلم، أشار إلى 12 نوعاً من الذكاءات و لابد أنه سيكتشف المزيد.

أخبرتني معلمة مرة أنها أثناء لقاء مع الأهل طلبت من كل والد أو والدة أن يكتب خاصية يتميّز ابنهم أو ابنتهم بها: «لقد تفاجأت عندما وجدت أن بعض الأهل لم يستطيعوا تذكر أية خاصية وميزة ليكتبوها. كان الأمر صعباً حقاً عليهم لا سيما على الآباء»

عندما لا يستطيع الأب أو الأم أن يجد خاصية عند ابنه أو ابنته فهذا يشير إلى افتقاره إلى قوة الملاحظة والإدراك من جهة دوره كوالد. على الوالدين أن يركزا انتباههما على اهتمامات ولدهما وأهليته وذكائه بدون أن يتوقعا أنه سيحاول إرضاء أحلامهما الخائبة. علينا ألا نجعل الصفات، التي نعتبرها نقائص عند أولادنا، تعمينا عن رؤية خصائصهم الجيدة.

جاءت فريدا لتقل ابنها من منزل رفيقه في الصف. «أشكرك لأنك سمحت له بالمجيء. لقد لعبا كثيراً معاً.

على فكرة إنه يجيد حقاً آداب المائدة». نظرت فريدا نظرة تعبر عن الشك والريبة إلى مضيفتها وحالما ركبت هي وابنها السيارة، قالت له: «حسناً. لقد أحسنت على الأقل التصرف»

لأن فريدا لا تتوقع من ابنها إلا أسوأ التصرفات، صعُب عليها أن تتصور ان بإمكانه أن يكون دمثاً، حسن الطبع فهي لا ترى غير الجانب السيء منه. يملك كل منا جانبين: جانباً جميلاً براقاً وآخر مظلماً معتماً. ونحن نظهر الجانب الحسن منا للآخرين حتى نفرح قلوبهم ونمتعهم وليقبلوا بنا. أما الجانب المظلم فهو هنا وهناك دائماً ويطل برأسه البشع عندما نكون محبطين،متعبين، أو معكري المزاج. ويظهر نفسه أيضاً عندما نكون مع أفراد العائلة الذين نعتقد أنهم يحبوننا بدون قيد أو شرط.

يتطلب الحب الحقيقي القبول بالجانب الحسن والجانب السيء منا. عندما أقول إني أحب صديقاً فهذا يعني أنني أعرفه في الأوقات الجيدة والأوقات العصيبة وأقبله على ما هو عليه. ولكننا لا نتواجد مع الصديق إلا وقتاً محدداً أما تجربة الحب الحقيقية فنختبرها خير اختبار في الإطار العائلي أو مع الذين نعيش معهم. هذا هو المكان الذي يكون فيه الحب صعباً لأننا نحب رؤية الجانب الإيجابي منهم فقط. ولكننا نعرف بالتجربة أن هذا غير ممكن. . عندما نقع في حب أحد نعيش وهماً بأننا قادرون على جعل الجانب السيء من الشخص يختفي. عندما نقع في الحب يكون جانبنا

المشرق مشعاً بحيث يغطي الجانب السيء منا.

التقت جين بصديقتها فقالت لها حالمة: «هل عرّفتك إلى باتريك؟ لا؟ حسناً عليك أن تلتقي به. إنه رجل رائع حقاً! اسمعي هو ليس طويلاً ولكنه بهي الطلعة، لطيف ورائع ولكنه يشرد. ماذا حدث البارحة برأيك؟ لقد نسي حقيبته ولم ننتبه حتى وصلنا إلى مكتبه. فكان ان عدنا وجلبنا الحقيبة. ولكني لا أبالي. سابقى معه فترة أطول.. إنه مسل»

بعد ثلاث سنوات سمعنا جين تتحدث عن زوجها باتريك:

«أنا أحبه حقاً ولكن شروده يكاد يجنني. أتعرفين ماذا فعل البارحة؟ لقد أقفل سيارته والمفاتيح فيها فكان أن اضطررت إلى قيادة سيارتي ساعة كاملة حتى أعطيه المفاتيح الاحتياطية. ماذ يظن نفسه؟ أيظن أنني عبدته وأن لا شيء عندي لأقوم به غير خدمته؟»

عيوب باتريك جعلته يفقد تألقه وباتت جين اليوم ترى عيوبه على ما هي عليه، ولهذا السبب ربما لا يريد بعض الناس أن يخبو الحب فهم لا يريدون فقدان حالة النشوة التي لا يرون فيها إلا مميزات الشريك الحسنة. هؤلاء القوم يريدون العيش في حلم يكون فيه الشخص الآخر دائماً ساحراً ورائعاً. لماذا نحط على أرض الواقع في الوقت الذي نستطيع فيه أن نطفو في خيال رائع؟ وحالما يبدأ الشريك بإظهار الجانب السيء منه، يتخلون عنه بحثاً عمن يقعون في حبه من جديد.

بإمكاننا أن نفسخ علاقة صداقة أو علاقة زواج أما مع أولادنا فلدينا معهم التزام يدوم العمر كله وهذا الالتزام يتطلب منا أن نحبهم على ما هم عليه، أن نحبهم عندما يكونون طيبين أوعندما يكونون سيئين وعندما يكونون مسلين وأذكياء أوعندما يكونون جلفين وعابسين، محبين مساعدين أو أنانيين متطلبين. يقول الولد بدون كلمات: «أمي وأبي اقبلوني كما أنا. أحبوني عندما أكون لطيفاً وعندما أكون شخصاً لا يطاق». الولد بحاجة أن نحبه بكليته، بدون حدود، بحيث يشعر بأنه آمن وموضع تقدير وبأنه قادر على الثقة بذاته قائلاً لنفسه: «يمكنني أن أكون كما أنا» مبدداً بذلك توتره.

علّمه احترام الذات

لقد أكدت خلال هذا الكتاب كله على مدى أهمية إعارة الانتباه إلى احترام الولد لذاته. والآن فلنتوقف لنسال أنفسنا:

ما أهمية أن نزرع احترام الذات في نفس الولد؟ ما هي مساوئ قلة الثقة بالنفس وقلة احترامها؟ ما هي منافع التنعم باحترام الذات؟

عندما نقابل بين شخص يحترم نفسه وبين آخر لا يحترمها نكتشف أهمية أن نزيد من حب وتقدير الشخص لذاته. عندما يحب الشخص نفسه، يسهل عليه أن يعترف ويتحمل مسؤولية أخطائه لأنه لا يشعر بأنه شخص بلا قيمة. إذا قلنا له مثلاً: «لقد تركت الحنفية مفتوحة وقد انقطعنا من الماء»، قد يشعر عندئذ بالسوء لأنه كان مهملاً ولكن ذلك لن يقوده إلى التفكير

بالطريقة التي يفكر فيها الشخص الذي لا يحترم نفسه كثيراً: «يتهمونني بأنني شخص غير كفؤ وأنني غبي». وسرعان ما سيدافع عن نفسه لأنه يشعر بالتهديد: «لست آخر من دخل إلى الحمام. كيف فكرت أنه أنا؟ لماذا أكون دائماً الشخص الذي تضعون عليه الملامة؟».

هؤلاء الذين يشعرون بالحاجة إلى إنكار المسؤولية ساعين إلى تبرير أنفسهم متى أمكنهم ذلك، غالباً ما يكون السبب وراء ذلك هو قلة احترامهم لذواتهم. عندما يتلقون أي نقد سلبي، يشعرون بأنهم مجبرون على اتخاذ موقف دفاعي.

يبدو أن افتقار الشخص إلى احترام ذاته يتركه هشاً عاطفياً بحيث يسهل أن يشعر بأنهم جرحوا مشاعره.

> كانت ستيفاني جالسة في غرفة الانتظار في عيادة طبيب الأطفال وهناك تعرفت إلى صديقتها ليلي. حتى تفتح حديثاً، قالت لها: «ابنك صبي نشيط جداً». سارعت ليلي ترد على التعليق متخذة الأعذار له: «إنه كذلك لأنه لم ينم جيداً ليلة البارحة. قضى الليل يسعل وكان متوعكاً. إنه لا يتصرف ابداً بهذا الشكل. عادة هو هادئ..»

لقد فسرت ليلي تعليق ستيفاني على أن ابنها لا يطاق وأنها أم سيئة. وبسبب قلة احترامها لذاتها، سارعت إلى تبرير نفسها بغية تصحيح الانطباع الذي أعطاه ابنها عنها، علماً أن دفاعها فاجأ ستيفاني.

عندما لا يكون هناك احترام للذات، قد يصبح مجرد تعليق بسيط نقداً. يرى الشخص الذي لا يحترم ذاته العالم وكأنه تهديد، ويحتاج دائماً إلى أن يقف موقف المدافع عن نفسه. وكل غلطة يرتكبها تقلل من شعوره بالجدارة، هذه الجدارة التي يشعر في الأصل أنها محدودة عنده. كما أن كل فشل يظهر تفاهته أما الغلط في الحكم فيصبح تأكيداً على عدم كفاءته.

فلنر كيف يأتي رد فعل الشخص القليل الاحترام لذاته عندما يشعر بأنه مستهدف بعد ارتكابه غلطة ما:

* يأتي رد الشخص السريع الانفعال عنيفاً، تراه ينكر بشكل غريزي ذنبه، متهماً الآخرين الذين قد يكونون خائفين من قسوته، فيؤثرون تجنب المزيد من المواجهات في المستقبل. يربط بين نفسه وبين إنجازاته محاولاً أن يبرهن كفاءته، مظهراً القوة والنجاح. يصبح وقحاً ومبالاً إلى التنافس علماً أن قلة ثقته بنفسه تظهر على شكل رغبة في معاملة الآخرين بقسوة ليبرهن مقدرته وقسوته.

* عندما تتم مواجهة أو لوم الشخص البارد اللامبالي، حتى إن كان في ذلك إجحاف بحقه، تجده يحافظ على هدوئه ويبعد نفسه،إن تمكن، عن الوضع برمته، معتبراً أن لا فائدة من الدفاع عن نفسه. في أوقات الصراع يفضل الانسحاب والتراجع خوفاً من فضح نفسه لأنه يعتقد أنه لن يُثبت إلا عدم كفاءته وقلة قدرته. لا يبادر أبداً ويمشي مع التيار عاجزاً عن مخالفة الإجماع أو إيجاد واقع مختلف لنفسه.

* يسهل جرح شعور الشخص السوداوي وعندما تتم مواجهته يسارع إلى الدفاع مبرراً نفسه بشروحات طويلة معقدة، بل قد يكذب من أجل إقناع الآخرين ببراءته. يشعربالامتعاض من الشخص الذي اتهمه فيتهمه، ومن الصعب عليه أن يسامح، لذلك يضمر الضغينة والحقد. ويميل الشخص السوداوي إلى الشعور بأنه مظلوم وضحية، ويفكر ملياً بمظلوميته بسخط لا يعبر عنه، مشفقاً على ذاته. ولكن عندما يعرف أنه مذنب فقد يعوض عن ذلك بأن يصبح خاضعاً، ودوداً وكريماً.

* الشخص الاندفاعي الطبع (inpulsive) يتجنب التعامل مع الأوضاع المزعجة من خلال محاولته أن يكون فاتناً فتجده يغيِّر الموضوع ويقلل من أهميته أو يتجاهل سبب الصراع. وإذا تمت مواجهته، يصبح عصبياً فيدافع عن نفسه مكرهاً. وما هي إلا لحظات حتى ينسى كل شيء عنه، ماحياً من ذاكرته هذه الأوضاع التي تسبب له الانزعاج أو الألم أو المشاكل. وقد تجعله قلة احترامه لذاته يفقد الشعور بفرادته وشخصيته فأثناء سعيه إلى إمتاع كل شخص، يتحول هو إلى حرباء. هدفه أن يكون محبوباً من قبل الجميع ويكون ذلك من خلال إخفاء حقيقة الوضع والادعاء بأن كل شيء يجري على ما يرام.

عندما يكون الشخص قليل الاحترام لذاته:

* من السهل عليه أن يشعر بأنه مذنب. يفسر تعليقات

الآخرين على أنها نقد ويميل إلى أن يعتبر كل شيء أمراً شخصياً.

* لأنه لا يقدِّر ذاته، قد يبدو كل شيء إثباتاً على عدم كفاءته وعجزه.
* يكافح حتى يكون كاملاً، مخفياً خجله من عدم كونه شخصاً صالحاً.
* من الصعب أن يتحمل مسؤولية أخطائه لأنه يعتقد أن الاعتراف بها يصبح برهاناً على عدم أهليته ومقدرته.
* لأنه يربط أو يساوي بين نجاحه وفشله وبين نفسه يصبح وقحاً، ميالاً إلى التنافس مع الآخرين،لا يشعر بالأمان.
* يرى العالم مكاناً عدائياً وغالباً ما يشعر بأنه الضحية.
* يعتمد على التقدير الخارجي له (آراء الآخرين به مثلاً).

وعندما يحترم الشخص ذاته:

* يعرف أن قيمته الشخصية لا تتوقف على نجاحاته أو فشله.
* لأن ارتكاب الأخطاء جزء من عملية التعلّم، يوافق على أنه معرض للفشل وارتكاب الأخطاء.
* يقدّر التقدير ولكنه لا يعتمد عليه.

عندما يمتلك الإنسان احتراماً لذاته، فليعزز نمو شخصيته عبر التكرار لنفسه ما يلي:

أنا شخص يعرف قدرته. أحب نفسي، وأعتبر أن

قيمتي الشخصية تتجاوز جسدي وعقلي وعواطفي وتتجاوز نجاحاتي وفشلي. إنني كائن روحاني أملك إمكانيات لا يستطيع أحد سلبها مني. أدرك وأعي قيمتي وأعرف أني أستحق الاحترام والوقار. كما أني أستحق القبول والحب على ما أنا عليه، وأعرف أني شخص هام وأني قادر على إحداث تغيير في العالم. الحياة بالنسبة لي مغامرة قد تتخللها خيبات الأمل والمخاطر وقد يتخللها أيضاً الفرح والمكافآت. عندما أتحمل مسؤوليتي كمواطن في هذا العالم، أخلق الواقع الذي أحلم به.

من يحترم ذاته هو شخص خال من القيود، يستطيع أن يقول: «نعم» للحياة. أهناك أهل لا يريدون الشيء ذاته لابنهم؟

تصحيح الأخطاء بدون أذى

قد يتساءل الأهل عند ذكر هذه النقطة: «أهذا يعني أن عليّ ألا أصحح أخطاء ولدي؟ أينبغي أن أتركه يفعل ما يحلو له ليشعرأنه شخص محبوب؟ ماذا أقول له عندما يسيء التصرف ويسألني: «ألم تعودي تحبينني؟»». الإجابة:

«بالتأكيد أحبك الآن ودائماً، ولكن ليس مسموحاً لك أن تؤذي أخاك»

علينا دائماً أن نتقبل الطفل وأن نرفض تصرفه فقط فهذا سر تصحيح أخطاء أولادنا وعلينا أن نتذكر أن تصرفه لا يعني

أنه هو كذلك. فإذا أذى أخاه لا يعني أنه شخص مؤذ. التصرفات هي فقط تعبير عن الانفعالات كالغضب والإحباط والخوف الخ. .

نحسن التصرف عندما نتذكر أن نقول له عندما نريد تصحيح خطأ ارتكبه: «هذا غير مسموح» أو «ما قمت به غير مقبول» وليس علينا أن نقول له: «ما قمت به كان سيئاً» أو: «قمت بهذا بشكل رديء»

الدلالات الضمنية لما نقول عنه إنه سيء أو جيد قد يأخذها الولد ويستنتج منها ما يلي: «إذا كان تصرفي جيداً فأنا شخص جيد وإذا كان سيئاً فهذا يعني أني سيء»، وهذا ما سيسبب له الخجل أو الشعور بالذنب. ولكن عندما نستخدم كلمات مثل «غير مسموح أو غير مقبول»، فلن يعتبر أن تصرفه يساوي شخصيته وعندئذ سيصل إلى استنتاج أن «ما ارتكبته كان خطأً وأني ارتكبت غلطة ولكن ذلك لايعني أني على شاكلة الغلط». ستساعده هذه العملية على مقاومة الميل إلى الحطّ من قدر نفسه.

فلنتخيل ولداً يشعر بالجدارة والوقار والثقة بالنفس أضف إلى ذلك أن شعوره باحترام الذات والجدارة متموضع في منطقة في قلبه ويدرك أن هذه المنطقة مقدسة، بمعنى آخر أن لا أحد يملك الحق في أن يؤذي أو يضر بأي طريقة من الطرق. وهو بكلمات أخرى شخص يمكن تصحيح أخطاءه إلى حدود واضحة وضرورية إنما بدون إهانته.

يمكننا رؤية الفروقات في هذين المثلين:

1 ـ دخلت الأم إلى المنزل فوجدت أن ابنتها سكبت اللبن على طاولة القهوة في غرفة الجلوس: «إيما تعالي. أنت فوضوية. نظفي الطاولة فوراً»

2 ـ عندما رأت الأم أن ابنتها سكبت اللبن قالت لها: «إيما، يا للفوضى التي أحدثتها! اجلبي قماشة التنظيف ونظفي الطاولة»

في المثال الأول، نعتتها أمها بالفوضوية فجرحت مشاعرها لأنها نعتتها بهذه الطريقة أما في المثال الثاني فقد وبختها أمها على إهمالها ولكن الفوضى كانت على الطاولة.

يمكننا أن نصحح أخطاء ولدنا عندما نعتقد أن ذلك ضروري ولكن علينا أن نتذكر أنه ليس ضرورياً **أن نجعله يشعر بالخزي** في سبيل تعليمه.

نذلّ الولد عندما نهينه:

* **أنت غبي.**
* **أنت أناني وفظ.**
* **أنت أبله. لماذا لم تنتبه؟**
* **أنت أخرق. ألن تتعلّم أبداً؟**
* **يالك من شخص كثير الشرود! أين عقلك؟**
* **تعال أيها الغبي.**

لا تنتهي اللائحة فهناك المزيد والمزيد من الإهانات ولكن

علينا أن نعي أنه كلما تعرض الولد للإهانة تآكل احترامه لذاته وثقته بنفسه. لسوء الحظ أن احترام بعض الأولاد لأنفسهم أرق من منديل ورقي ناعم ورقيق جداً. لأننا عندما ندأب على القول له «إنه غبي»، ستتسجل هذه الرسالة في اللاوعي عنده: «ما دام والداي اللذان يعرفان كل شيء، يقولان إنني غبي فهذا يعني أنني غبي، فهما لا يخطئان أبداً». وهكذا سيتأثر شعوره بجدارته واحترامه لذاته سلباً.

إذا راقبنا سلوك أولادنا بعناية، فقد نرى كيف يظهرون لنا بوضوح ما يشعرون به. فهم يحاولون بدون كلام أن يخبرونا عما يجري في داخلهم.

مثلاً عندما يشعر الولد ذو الطبع السريع الانفعال بأنه مرفوض، يصبح عدوانياً وهجومياً ولعله يقول من خلال سلوكه الجريء المليء بالتحدي:

«أنا تعس، عاجز. أريد أن أكون محبوباً ومقبولاً على ما أنا عليه. أريد أن أتأكد أنك تحبني»

عندما يشعر الولد الاندفاعي الطبع بالضغط والإرهاق يصبح سريع الغضب، ومفرط النشاط. ويحاول من خلال عصبيته أن يقول لنا:

«لا أستطيع أن أهدأ ولا أن أسيطر على جسمي. أنا بحاجة إلى ضغط أقل وتحفيز أقل. جسدي بحاجة إلى الراحة»

وعندما يتراجع الولد ذو الطبع البارد أوعندما يصبح

مضغوطاً نفسياً، يحاول أن يخبرنا:

«أنا حزين. الحياة تخيفني وأشعر بأني ضعيف غير محمي»

إذا راقبنا سلوك الولد، يمكننا أن نكتشف كيف يشعر. وكلما كان الولد أصغر، كان ذلك أوضح لأنه لم يتعلم بعد كيف يخفي ما يشعر به. وعندما نتعلم «قراءة مشاعره»، سنعرف كيف نساعد على شفائه جسدياً ووعاطفياً. تذكروا هذه القواعد الذهبية التي ستساعده في هذه العملية.

القواعد الذهبية:

- **عندما نريد تصحيح أخطاء الولد فلنفصل أو نفرّق بينه وبين سلوكه**
- **أوافق على الشخص ولكن سلوكه بحاجة إلى التغيير**
- **أتعاطف مع مشاعره ولكني أضع الحدود لسلوكه**
- **أستطيع تصحيح أخطائه إنما بدون أن أجرح مشاعره. فالتعليم لا يعني بالضرورة أن أكون شخصاً يسبب الألم**
- **احترام الولد لذاته وشعوره بالأهلية والجدارة أمران مقدسان. لا يحق لأحد مهمن كان أن يمسّ بهما**

لا تنعته ولا تصنفه

حينما نسمع كلمات مثل: «أنت..» تخرج من شفاهنا، ينبغي لجرس الإنذار الداخلي أن ينذرنا بأننا نوشك أن نقول

شيئاً سيصنّف أحدهم. الولد ينمو وهذا يعني أنه لا يعرف بعد هويته ومن يكون، وهو يعرّف عن نفسه بحسب ما يقوله الأهل والآخرون عنها. وبناء عليه، الولد الذي يسمع دائماً «أنت عدواني» أو «أنت تستغل الآخرين» أو «أنت متنمّر»، تجد أن هذه العبارات تخرج من عقله اللاواعي، لتجيب على سؤاله عن نفسه: «ألا تذكر أنك ذاك الشخص السيء الذي يضرب الأولاد» وعندئذ سيتساءل «من الشخص الذي سأؤذيه الآن؟»

حتى أوضح هذه النقطة، سأطلب من الأهل أن يأتوا إلى إحدى ورشات التدريب التي أقوم بها وليجلبوا معهم ولداً ذكياً في السنة الثانية من عمره وليتركوه معي. وأنا عندها سأدأب على القول له: «أنت غبي، أبله». أتعرفون ما الذي سيحدث؟ أنا أضمن لكم أن هذا الولد سيتصرف عندما يصبح في الثالثة من عمره وكأنه شخص يعاني من قصور عقلي. فتكراري لتلك الكلمات سيقنعه بأنه كما أقول.

من المؤثر حقاً أن نرى قوة الكلمات التي، إذا ما كُرّرت، عززت وقوّت التصرف الذي نسعى إلى تغييره. عندما نكرر لفظة ما أو عبارة ما تتثبّت هذه الكلمات في العقل الباطني للولد. حينما نكرر على مسماع الولد مراراً وتكراراً النعوت ذاتها، يقتنع الولد أنه كما يقول الآخرون عنه.

إذا راح المراهق مثلاً يسمع مراراً وتكراراً: «أنت تترك ثيابك هنا وهناك» أو «أنت لا توضب ثيابك أبداً» أو «أنت قذر» أو «غرفتك في حالة فوضى دائماً». فماذا ستكون النتيجة عندما سيشعر برغبة فجائية بترتيب أغراضه؟ عندئذ سيتذكر:

«هل نسيتُ أنني ذاك الأخرق الذي يترك أغراضه هنا وهناك دائماً».

إذا استمرت الأم في القول لابنها الحالم الجانح الخيال: «لا أراك إلا شارد الذهن وعقلك دائماً في مكان آخر». «أنت تضيّع دائماً أغراضك، ولا تذكر أبداً أين وضعتها». «أتساءل ما الذي نسيته اليوم في المدرسة»، فإن كل جملة تعزز قلة انتباهه. عليك بدل توبيخه مساعدته على أن يكون أكثر حذراً، وسيكتشف الولد باللاوعي عنده: «أمي على حق! أنا دائماً شارد الذهن وسأبقى كذلك».

قد لا نصدق أننا بتأكيدنا على قصورهم وعيوبهم، نقنعهم بأن يكونوا كما لا نريد أن يكونوا عليه.

الواقع أن إلباسهم النعوت أشبه بإلباسهم سترة المساجين التي لن تدعهم يتحركون أبداً بحرية. ومهما حاول الولد أو المراهق أن يتخلص منها سيقع في فخها. مثلاً، عندما يُلقّب ولد بأنه سيء أو رهيب أو مثير للمشاكل، سيشعر بالخزي وسيتأذى بعمق. وعندما سيصبح راشداً سيحاول تحرير نفسه من هذه السمة التي وسم بها ولكن ذلك ليس سهلاً بل قد يحتاج إلى معالج نفسي لمساعدته على التخلص منها.

أسأل غالباً أثناء ورشات التدريب التي أقوم بها: «أفهم أن أولادنا يتأذون عندما ننعتهم بأنهم سيئون ولكن ماذا عن نعتهم بأنهم «صالحون»؟». اللقب هو لقب، سواء أكان جيداً أم سيئاً، يعمل عمل سترة المساجين أو المجانين. فحينما

نصنّف الولد على أنه شخص جيد صالح وأن ليس بإمكانه أن يكون غير ذلك فنحن سنقيده أيضاً. أتعرف كم هو مضجر أن تكون صالحاً دائماً حيث لا تعطي نفسك أبداً فرصة أن تكون مؤذياً أو تقوم بالحيل أو ترتكب أي خطأ؟

الولد الصالح دائماً هو ولد مضغوط نفسياً، والمطلوب منه هو إحراز المستحيل: الكمال. حياته ملأى بالقلق والخوف من ألا يقدر على تحقيق توقعاتنا منه. ليس مسموحاً له أن يستمتع بالحياة أو التنعم بحرية أن يكون طفلاً أو ولداً يمكنه ارتكاب الأغلاط. وحتى يعتقد الولد، كما أشرنا سابقاً، أنه شخص محبوب فعلياً، يحتاج أن يحس بأنه شخص مقبول بحسناته وسيئاته، بخصاله الساحرة وبخصاله التي تقودنا إلى اليأس. إنه بحاجة أن يعرف أننا نحبه كما هو وليس من أجل الصورة النموذجية التي نرسمها له.

بعد قراءة ما سبق قد يشعر الأهل بالإحباط. إذا كان الأهل في صغرهم قد تعرضوا للإساءة من قبل أهلهم فقد يطلقون هم أيضاً على أولادهم صفات ونعوت أو يكررون الأوضاع المسيئة التي مرت معهم سابقاً. الواقع أن الطبيعة الإنسانية تجعلنا نكرر ما ارتُكب بحقنا، ولكن سلوكنا هذا غير عائد إلى الحقد وتعمّد الأذى بل عائد إلى جهلنا أو افتقارنا إلى الوعي. نحن نكرر عادات متجذرة فينا، ولكن لو رحنا نراقب بصبر وقوة إرادة ما نقوله عندما نوبخ أولادنا، لأصبحت هذه العادات الموروثة عادات جديدة يتضمنها الاحترام. بهذه الطريقة يمكننا أن نربي أولادنا بدون أن

نؤذيهم. إليك بعض الأمثال:

بدل أن تقول:

• «تشارلز يا لك من مؤذ! اترك أختك وحدها. كم أصبح عمرك؟ توقف عن الاستقواء عليها»

قل:

➤ «تشارلز. اترك أختك وشأنها. لن أسمح لك أن تضربها»

في المثال الأول تضررت صورة تشارلز الذاتية عندما لُقِّب بالمؤذي والمستقوي. أما في المثال الثاني فالحدود وضعت بدون التسبب بإهانة شخصية.

بدل أن تقول:

• «ديبي أنت بطيئة كالسلحفاة. لا أصدق أنك بعد ساعتين من الوقت ما زلت تحلين فرضك. وليس الأمر فقط أنك لم تنهي بعد فرضك، بل انظري إلى أخطائك».

قل:

➤ «ديبي أرى أنك لم تنهي فرضك بعد. أريد أن اذكرك أن برنامجك المفضل بعد نصف ساعة. إذا لم تنهي فرضك فلن أسمح لك بمشاهدته»

وبدل أن تقول:

• «يا غبي! لماذا لم تنتبه؟»

قل:

➤ «انتبه. إن كنت أكثر حذراً، فكل شيء سيكون أفضل»

واجبنا كأهل أن نصحح أخطاء أولادنا. إن طريقتنا في تصحيح أخطائهم قد تكون إما طريقة تساعد الطفل حتى يصبح واثقاً من نفسه، موثوقاً به، ومتفائلاً. وإما طريقة محبطة، مثبطة للهمة، تحط من قدر المرء.. إذا تعلمنا كأهل أن نصحح أخطاءهم باحترام، سينشأ الطفل دون المس بثقته بنفسه، عارفاً أنه، حتى في الأوقات التي يخطئ فيها، هو شخص محبوب، مقبول.

طمئن كل ولد إلى مكانته

- **أعرف أن لك مكانة خاصة في قلبي**

عندما نأتي لمشاهدة مباراة رياضية بدون أن نكون مسبقاً قد حجزنا مقعداً، نحاول أن نصل إلى هناك باكراً لنتأكد من أخذ مكان جيد، وترانا نقف في صف طويل ونتدافع بالمناكب مع الآخرين محاولين جميعنا التنافس على أفضل المقاعد.

هذا ما على الولد القيام به إذا لم يكن مطمئناً إلى مكانته في العائلة. تجده خائفاً دائماً من أن يُترك في الوراء ومن أن يحوز إخوته على الأفضلية في قلوب والديه. هذا الولد سيحاول انتقاد إخوته ويشي بهم ليكون المفضل عند والديه. هذا الولد كالشخص الذي يذهب إلى المسرح ويتدافع للحصول على أفضل المقاعد وهو سيفعل ما بوسعه ليتقدم على إخوته.

ولكن ما الذي يحدث إذا كنا قد حجزنا مقعداً مسبقاً؟

عندما نحمل بطاقة دخول في أيدينا متأكدين أن لدينا مكاننا الخاص المحجوز، نكون هادئين، عارفين أننا سنصل إلى المباراة الرياضية في الوقت الذي ستبدأ فيه بدون تدافع واستعجال. على الأهل أن يفعلوا الشيء ذاته، عليهم أن يطمئنوا كل ولد من أبنائهم إلى أن له مكاناً في قلوب العائلة وهذا المكان محجوز في الصفوف الأمامية. إذا كان الوضع كذلك فسيتوقف الولد عن القلق، شاعراً بالأمان من أن لا أحد قد يأخذ هذا المكان منه، ولن يعود إخوته بالنسبة إليه الأعداء الذين أشعل الحرب ضدهم. ينتهي التنافس وتحل المودة.

كيف نطمئن كل ولد من أبنائنا إلى وجود مكانه في أنفسنا وقلوبنا؟ يمكننا ذلك من خلال إشعار كل واحد منهم بأنه شخص فريد،مميز، ومختلف عن الآخرين وعبر التأكيد على فرادته وسماته بدون مقارنته بأحد.

قالت أنجي وهي تستهزئ بأخيها هيوغو: «انظر إلى مدى سرعتي في القراءة، أنت كالسلحفاة». قالت الأم: «نعم، أنت سريعة بالقراءة وأخوك سريع بالركض»

عندما أتذكر هذا المثال، أفكر كيف لا نعرف من سيكون الأفضل غداً، الذي يركض كالريح أم الذي يقرأ جيداً. نحن لا نعرف ما الذي يحمله المستقبل ولكن بإمكاننا أن نتأكد، من خلال إدراكنا لصفات كل ولد من أولادنا ومن خلال عدم المقارنة، أنهم سيكونون أقوياء لمواجهة العالم الصعب الذي سيحاول بدون أدنى شك أن يضع مهاراتهم تحت الاختبار.

علينا إضافة إلى إدراك مقدراتهم وخصائصهم أن نعطي الولد مكانة في قلوبنا لا يمكن فقدها أبداً، شارحين له أن لا نهاية لحبنا له وأن حبنا لإخوته وأخواته لن يأخذ مثقال ذرة من حبنا له. يمكننا أن نستخدم شعلة شمعة واحدة لإشعال عدد لامتناه من الشموع وهكذا هو حبنا أيضاً إذ نقدر أن نوزعه بدون حد أو قيد.

- **أدرك مكانك بين إخوتك**

تسلل لوك ابن الأربع سنوات إلى أخيه كرايب البالغ من العمر 8 أشهر، وفيما كان يعتقد أن لا أحد يراه شدّ شعر أخيه. بدأ الرضيع بالبكاء بينما هرب لوك واختبأ في الباحة الخلفية للبيت.

وقت النوم عندما كانت أمه تغطيه قال لها لوك: «أكره أخي. ليته يموت»

تُغيِّر ولادة الطفل ديناميكية البيت ولعل أكثر من يتأثر في هذه المعمعة هو الولد الأقرب سناً للوليد الجديد. إذ سيشعر أنه أُبعد عن مكانته المميزة وسيكره فكرة أن يتشارك مع أحد حب والديه الذي كان حتى الآن ملكه وحده. ولكن هذا الوليد الجديد يستأثر بكل الاهتمام والولد الأكبر يشعر بأنه نُحّي جانباً.

التحول الذي حدث للوك وهو يكتشف مكانته الجديدة مؤلم وسيستمر وفقاً لقدرته على التكيف ولقدرة والديه على معالجة الوضع. لقد فقد لوك مكانته كونه الولد الوحيد في العائلة ولكن علينا أن نفهمه أنه سيظل الولد الأكبر. من الهام

أن نتعاطف مع ألمه وامتعاضه اللذين يشعر بهما.

ولكن بدل توبيخه وقمعه:

«ماذا تقصد بأنك تريد أن تقتل أخاك؟ لا تقل شيئاً غبياً كهذا! أخوك طفل لطيف ونحن جميعاً نحبه كثيراً. لا أريد أن أسمعك تقول هذا ثانية ولا أريد أن اراك تزعجه ثانية. اذهب الآن وقبله».

بدل ذلك قل:

«أفهم أنك تتمنى لو أن أخاك غير موجود. أنت غاضب لأنك تعتقد أننا لن نحبك كما كنا نحبك من قبل وأننا نحبه أكثر منك.. ولكني لن أسمح لك أن تضربه»

إذا فهم الأبوان أن هذا التحول صعب عليه وتفهّموا مشاعره، سيؤكدون على أفضليته كونه الولد البكر، وشيئا فشيئاً سيبدأ لوك بالنظر إلى أخيه بعينين مليئتين بالحب.

«لوك، لأنك ولد كبير ستذهب معي مشواراً ولأن أخاك صغير سيبقى في البيت»

«لأنك الولد الكبير، يمكنك أن تبقى مستيقظاً بعدما ينام أخوك، وعندئذ سنلعب اللعبة التي تختارها»

«يا لك من محظوظ! لأنك الولد الكبير سيأخذك أبوك معه»

لقد ترعرعنا في عائلات عدد أفرادها كبير ولعل الواحد منا يتذكر أنه تمنى لو أنه الولد الوحيد في العائلة ليحظى باهتمام وحب والديه وحده. ولكن عندما تمر السنوات سندرك

فوائد العيش مع إخوتنا. الواقع أن اللحظات العسيرة التي مررنا ونمر بها سمحت لنا وأحياناً دفعتنا دفعاً إلى أن نكبر كأفراد مستقلين.

المكان الذي يشغله كل ولد في العائلة، يقدّم لنا تجربة فريدة لا تكون هي ذاتها عند الولد البكر أوالولد الأصغر أو الولد الأوسط. ولكني اكتشفت أن المفتاح لفهم السبب الذي يجعل الولد يشعر بالراحة من عدمها مرتبط كثيراً بمزاجه وطبعه. لا يملك الشخص منا «طبعاً خالصاً» إذ المعروف أن كل واحد منا يملك أربعة طبائع (السريع الانفعال، الاندفاعي، البارد، السوداوي). ولكن بدرجات مختلفة وبنسب متفاوتة. يمكننا في الواقع أن ندرك كيف يشعر كل طفل بحسب هيمنة طبع ما عليه:

* الطفل ذو الطبع السريع الانفعال سيشعر بأنه بأحسن حال إذا كان الولد البكر، فبسبب قدرته على القيادة سيستمتع بأنه السيد على إخوته وسيدرك بفطرته هذه السلطة. إذا استفاد من كونه الولد البكر، سيكون فخوراً بتحمله المسؤوليات التي يقتضيها دوره.

* ولكنه من جهة أخرى سيشعر بعدم الراحة إذا كان الولد الأوسط أو الصغير في العائلة، إذ سيشعر بأنه مقموع وبأن عليه دائماً التنافس مع الأكبر سناً من إخوته الذين سيعاني معهم من أوقات عصيبة عندما سيحاول أن يكون السيد عليهم. يحتمل أن يصب جام إحباطه عليهم.

* الطفل ذو الطبع الاندفاعي (impulsive) اجتماعي، وهو الأكثر تكيفاً والأسهل عريكة بين جميع الأخوة ولكنه لا يحسن تحمل المسؤولية إذا ما كان الولد البكر، لأنه سيميل إلى أن يكون خالي البال، متململاً، شارد الذهن. وبناء عليه سيكون أفضل حالاً فيما لو كان الولد الأوسط أو الأصغر، وعندئذ سيستمتع بعلاقة جيدة مع إخوته وأخواته لأنه يعرف كيف يتواصل مع كل واحد منهم.

* الطفل السوداوي الطبع يعاني كثيراً إذا كان هو الولد البكر. إن شخصية حساسة وانطوائية ولطيفة كهذه الشخصية سيكون عبئاً كبيراً عليها تحمل مسؤولية العناية بالإخوة. إنه قلق دائماً لأنه قد لا يقدر على القيام بهذه المهمة بشكل جيد ويشعر بالذنب كلما حدث أي حادث مؤسف. ولكنه يشعر بالأمان إذا كان الولد الأوسط المحمي من قبل الأخ الأكبر منه. حاله تكون على أفضل ما يكون إذا كان الأصغر لأنه عندئذ سيستمتع بالانتباه الذي سيحظى به من إخوته الأكبر منه سناً ومن والديه أيضاً. إن رقته تجعل الأهل ينتبهون إليه دائماً وقد يعملون على الإفراط في حماية هذا الطفل.

* الطفل ذو الطبع البارد هو طفل هادئ ومرتب. يتحمل إخوته ويفضل الاستسلام على التشاجر أو التقاتل. عندما يعارضه أحدهم الرأي، يحتفظ ببساطة بهدوئه ويمشي مع التيار، وعندئذ يقوم بكل ما يمتعه. إذا كان هو الولد البكر فهو قادر أن يكون صبوراً على إخوته ولكنه سيعاني

من صعوبات على صعيد إرشادهم ودفعهم إلى الطاعة وسيشعر بالضغط حتى وإن لم يُظهر ذلك. إذا كان الولد الأوسط فسيشعر بأنه مرتاح لأنه يقدر على الهرب من الأضواء وفي الوقت ذاته سيمتلك دعم إخوته.

ما الذي يحدث للولد الوحيد؟ قبل هذا الزمان نادراً ما كان هذا يحدث أما اليوم فمن الشائع أن يكون في العائلة ولد واحد وهذا الولد يواجه وضعاً خاصاً حيث قد تتفاقم مشاكل عدة إلا إذا تنبّه إليها الأهل.

أولاً، يحمل الولد الوحيد عبء كل توقعات وآمال أهله التي يعقدونها عليه وحده. في العائلة الكبيرة عندما لايحقق البكر توقعات أهله منه، قد يشعرون بالخيبة ولكن يبقى لديهم أمل بأن أحد أبنائهم قد يحققها. أما حين لا يكون هناك إلا ولد واحد فالأهل قد يرونه فرصتهم الوحيدة لتحقيق أحلامهم وهكذا يشعر هذا الولد بكل ضغط وعبء توقعاتهم منه.

أضف إلى ذلك أن كل الانتباه الذي يتشاطره الأخوة عادة، ينصب عليه وحده فتكون النتيجة أن يراقبه الأهل كثيراً.

عادت جين من الحفلة في منتصف الليل فوجدت أمها تنتظرها في غرفة الجلوس: «كيف جرت الأمور يا حبيبتي؟ هل استمتعت؟ هل كان الولد الذي يعجبك هناك؟». قبلت الابنة أمها على وجنتيها وهي منزعجة واستطاعت أن تغمغم بين تثاؤبة وأخرى: «أنا متعبة. غداً أخبرك..»

جين ابنة وحيدة لديها أم لا تعمل خارج المنزل، تحاول أن تعيش من خلال ابنتها، متشبثة دائماً بأي شيء تقوم به الابنة أو تقوله، مشاركة إياها حياتها كما كانت تفعل عندما كانت فتاة صغيرة. ولكن جين المراهقة بحاجة إلى مساحة خاصة بها وهي تشعر بالإرهاق من هذا التدخل المستمر في حياتها. الانفصال ضروري لجميع المراهقين ولكنه قد يكون مؤلماً جداً للأمهات اللواتي لايملكن اهتمامات شخصية.

يزيد ميل الأهل إلى الحماية المفرطة عندما يكون هناك ولد وحيد فقط لأن الأهل يكونون أكثر وسوسة به، محاولين القيام بكل شيء من أجله.

> في صباح أحد الأيام في المدرسة هنّأ أحد الآباء أباً آخر: «كريغ، يا للمجسّم الذي صنعته لابنك! ليس غريباً أن يربح الجائزة الأولى. بالتأكيد فهو ابنك الوحيد لذا كان لديك الوقت لتقوم من أجله بكل شيء. ولا شك أنك قمت بعمل رائع». كان كريغ يحمل إضافة إلى المجسّم، حقيبة ابنه المدرسية وجاكيتته وكرته ويراقب في الوقت ذاته ابنه يلعب في ملعب المدرسة.

اعتنى كريغ وزوجته بابنهما، قرة عيونهما، كثيراً. وبما أنه محور كل شيء، لم يكن بحاجة إلا إلى أن يسأل حتى يحصل على ما يريد. كان والداه يحبانه ولكنهما أفسداه بدلالهما حتى بات يعتقد أن على كل شخص في هذا العالم أن يعامله بالطريقة ذاتها. وعندما لا تكون هذه هي الحال، يشعر أنه

مخدوع، مرتبك. وعندما سيصبح أكبر، لن يكون مستعداً إلى مواجهة الحياة وحده.

«سيدة سميث، أريد التحدث إليك عن ابنتي كانديس. إنها تشكو في البيت من أن لا أصدقاء لديها. أهذا صحيح؟». أخذتها المعلمة جانباً وحاولت أن تشرح لها بلباقة: «أخشى أن أقول إن ذلك صحيح. فالفتيات الأخريات يشكين من أنها تحاول اللعب بالطريقة التي تريدها وإن لم يطعنها تغضب منهن. أظن أن السبب هو كونها الابنة الوحيدة المعتادة على أن تسير الأمور على هواها، وهذا ما سبب لها مشاكل مع زميلاتها»

عندما يكون الولد وحيداً قد يعاني من مشاكل على صعيد تنمية مهاراته الاجتماعية. ولأنه يحاول أن ينقل المسلك الذي يحدث في البيت إلى المدرسة، سيشعر بالإحباط إن لم يحدث ما يتوقعه. قد يشكو ولد كهذا من أن المعلمات لا يحببنه أو لا يهتممن به فيما الواقع أنه لا يقدر على التكيّف لأنه لا يعرف كيف يتشاطر الانتباه مع الآخرين. وهذا ما لا يمكنه فهمه إذ أن الانتباه في البيت حصري به وحده.

سنحسن صنعاً إذا أدركنا أن الولد الوحيد يعيش مع الراشدين فقط وأننا كأهل إن لم نجعل ابننا يتواصل مع الأولاد الآخرين فسيشعر بالوحدة الشديدة عندما سيكبر.

أسئلة علينا طرحها على أنفسنا إذا كان لدينا ولد وحيد:

* **هل توقعاتي من ابني الوحيد واسعة الأفق أم ضيقة الأفق؟**

إذا كانت ضيقة الأفق، فغيرها واحترم شخصيته وافسح لها المجال.

* **هل تحاول دوماً السيطرة عليه؟ ألديه مساحته الخاصة؟**

إن كان الجواب «لا» فحاول أن تنمي لديه اهتمامات أخرى كالحصول على عمل أو تنمية هواية ما.

* **هل تفسده بدلالك؟**

تحقق من اللائحة المتعلقة بحماية الولد بإفراط. اسأل أصدقاءك وأقاربك وأصغ إلى انتقاداتهم. راقب أولاد الآخرين وراقب الأمهات التي لديهن عائلات كبيرة.

* **هل يتواجد حوله الراشدون فقط؟**

ابذل جهداً لترى كيف يتفاعل مع الأولاد. لا تحاول إنقاذه من أي مشكلة تقع بينه وبين رفاقه. تعاطف معه ولكن تفهّم أن هذا كان سيحدث مراراً وتكراراً لو كان لديه إخوة،واعلم أنها الطريقة الوحيدة ليتعلّم التواصل مع الآخرين.

يمكننا، كخلاصة، القول: نعم، من المستحيل تغيير وضع الطفل في العائلة، ولكننا عندما نتعاطف مع مشاعره، سنجد ما يجعلنا نفهم سلوكه.

لدى كلارا 10 أولاد. شاهدتها جارتها ولاحظت أنها حامل مجدداً فقالت الجارة بدهشة: «ماذا؟ حامل مجدداً؟». «صحيح. لا أريد لأصغر أولادي أن يفسده الدلال»

عندما نلاحظ أن ولداً من أولادنا محبط بسبب وضعه في العائلة، علينا التعاطف معه بالقول له:

«نعم، أعرف أن من المحبط أحياناً أن تكون الأصغر في العائلة»

ولاحقاً عندما يكون في مزاج رائق يمكننا أن نشرح له فوائد أن يكون الأصغر:

«أتعرف يا فريدي، عندما كان إخوتك في مثل عمرك، لم نكن نستطيع تحمل كلفة الدروس الإضافية. أنت محظوظ لأننا بتنا نملك المال الآن، إذ يمكنك أن تدرس دروساً خصوصية في الكمبيوتر وهي دروس تحبها أنت كثيراً وتستمتع بها»

هناك دائماً حسنات لأي موقع يحتله الفرد في العائلة. المسألة مسالة بذل قليل من الجهد لتدرك وتشارك ابنك اكتشافك لهذه الحسنات، إنما لا تفعل ذلك عندما يكون ابنك غاضباً أو منزعجاً بل عندما يكون في مزاج رائق. قد يساعده هذا كثيراً على القبول بأنه البكر والولد الأوسط أو الأصغر. مع أننا غير قادرين على تغيير موقعه في العائلة إلا أننا قادرون على مساعدته في تقبل هذا الموقع.

تذكر الفكرة التالية لتدعمك:

ما من شيء يحصل صدفة. نحن من نخلق الواقع الأفضل لنا لكي ننمو على جميع الصعد. فالحياة تضعنا في المكان المناسب لنتعلم ما نحن بحاجة إليه.

- أُدرك موقع ابني أو ابنتي في الترتيب العائلي

في الترتيب العائلي، الأولاد هم أولاد ولا يمكن أن يكونوا أصدقاء أهلهم أو رفاقهم أو المؤتمنين على أسرارهم. لا شيء قد يجعلهم يشعرون بعدم الأمان أكثر من ملئهم مكاناً ليس مكانهم.

«أنا يا بني ذاهب، وأنت ستكون في غيابي رجل العائلة. اعتنِ بأمك وأخواتك» هذا ما قاله الأب لابنه راي البالغ من العمر 8 سنوات.

أتساءل ما الذي يشعر به راي وهو يُحمَّل مسؤولية حماية أمه الراشدة وأخواته الأكبر منه سناً. لقد وضعه أبوه في موضعه كرب للبيت وهذا بلا شك يرعب هذا الولد حتى إن لم يقل ذلك. ما الذي قد يفعله ولد في هذا العمر للدفاع عن العائلة؟؟ لا شيء. لقد عهد الأب مسؤولية مخصصة للراشدين بين يدي طفل.

ماغي امرأة مطلّقة تتعالج من الاكتئاب. جلبت لها ابنتها البالغة من العمر 17 عاماً فنجاناً من القهوة إلى غرفة نومها. قالت الأم بصوت مرتجف: «لا أعرف يا أليسون ماذا أفعل. لم يتصل بي أدي منذ أن تشاجرت معه الثلاثاء الماضي. أخشى أن يكون قد عاد يخرج مجدداً

مع ماندي. ماذا تظنين؟ هل أتصل به؟»

في هذا الشاهد انقلبت الأدوار فعلى أليسون المراهقة أن تعالج مشاكل أمها العاطفية. إنها في السابعة عشرة من العمر فقط. وإذا بها المؤتمنة على أسرار أمها والشخص الذي تستشيره الأم عن علاقتها بحبيبها وكيفية متابعة علاقتها معه.

عندما ينفصل الزوجان، غالباً ما يعتمدان على أولادهما. فلأنهما يشعران بالوحدة، يجدان أن من الأسهل أن يبوحا بحزنهما لأولادهما على التماس العزاء من أصدقائهما. فالأولاد في اليد وهم راغبون في الإصغاء إلى مشاكل الأهل. إن مطالب كهذه تجبرهم على النضوج قبل أوانهم، وقد يشعرون وهم يرون هشاشة والديهم أن مستقبلهم مهدد، فيسألون أنفسهم: «ما الذي سيصير إذا حدث شيء لوالدينا؟»

صرخت جيسي من غرفتها عندما سمعت جرس الباب: «أنا سأفتح الباب»، فقد كانت تعلم أنه صديقها بروس قد جاء يصطحبها إلى السينما. ولكن الأم سبقتها إليه. عندما وصلت جيسي إلى الباب وجدت أمها تتكلم بحيوية إلى بروس الذي بسبب شعوره بالإحراج من ملابس الأم الفاضحة ومغازلتها إياه، لم يجرؤ على النظر إليها. قالت جيسي وهي تمسك بذراعه: « فلنذهب». تلك الليلة سألتها أمها: «لماذا لا تجلبين أصدقاءك أبداً إلى البيت؟»

في هذا المثال تحاول الأم أن تكون صديقة لأصدقاء ابنتها بدل أن تقوم بدورها كأم. فلأنها تريد أن تبدو صغيرة

وجميلة، تنافس ابنتها على جذب الانتباه، وهذا ما يضع جيسي في موضع محرج. إنها خجلة من تصرفات أمها وهي أيضاً مستاءة ولكنها لا تجرؤ عن التعبير عن مشاعرها.

يحتاج بعض الأهل إلى أن يشعروا بأنهم ما يزالون شباباً، فيحاولون أن يجعلوا من أنفسهم رفاقاً لأولادهم. ولكن عندما يفعل الأهل شيئاً كهذا، فهم بذلك يتخلون عن أولادهم في مرحلة عمرية يحتاجون فيها إلى التوجيه لمساعدتهم على تحقيق الانتقال إلى عالم الرشد، وينكرون عليهم إمكانية أن يتواجد في حياتهم راشد يكون بالنسبة لهم قدوة يحتذون بها. وبدل أن يكون لديهم راشد يجدون أمامهم أهلاً قد عادوا إلى عمر المراهقة.

حينما لايحترم الأهل مكانة أبنائهم، تدبّ الفوضى في العائلة فتؤثر في جميع أفرادها. أنصحك بقراءة كتاب برت هالنجر: «Family Constellations»، فهو يظهر بوضوح الارتدادات التي تحدث عندما يأخذ الأولاد أدواراً غير أدوارهم. هنا نرى أن الطفل يعمل بشكل لاواع على إرضاء والديه مضحياً بنفسه من أجلهم ولكن الثمن الذي يدفعه غال جداً.

العبارات التوكيدية التي على الأهل الذين يريدون أن يأخذوا مكانهم المناسب في الترتيب العائلي، أن يرددوها

- أدرك مكان ابني أو ابنتي في العائلة وآخذ على عاتقي دوري كأب أو أم ذي سلطة أبوية

- في هذا الوضع، أنا الراشد الواعي والناضج
- أنا الراشد وأنت القاصر

ليس لديّ ولد مفضل

إن تفضيل ولد على آخر، أمر يضمن الاستياء والمنافسة والحسد في العائلة وهو إلى ذلك يفسد ويدمر العلاقات بين أفراد العائلة وينتهي الأمر بأن يتأذى كل من الولد المفضل والولد الآخر بطريقة مختلفة.

من جهة سنضلل الولد المفضل عندنا إذ سيعتقد أنه يستحق أشياء أكثر مما يستحقها الآخرون فيحاول دائماً التأكد من أنه يحصل على هذا الامتياز. إذا كبر الشخص وهو يعتقد أنه بحاجة إلى أن يكون أفضل من الآخرين ليشعر بأنه شخص ذو اعتبار وأهمية، فسيشعر بأنه مطرود وتعس إن حدث العكس. الاعتقاد بأنه «مميز» أمر يعني بالنسبة له أنه «أفضل من» وهذا ما يجعله شخصاً غايته التنافس. ستجده لا يعرف كيف يتشاطر مع الآخرين الأشياء وسيكون دائماً حسوداً، فهو لا يشعر بالأمان إلا إذا حصل على أكثر من الآخرين. وحتى إن كان يشعر بأنه مدعوم وأنه الشخص المفضل، فسيجد نفسه غالباً وحيداً، منعزلاً عن إخوته الذين يمتعضون منه. وحالما يرحل أهله، ستصبح علاقته السيئة مع إخوته واضحة للعيان.

من جهة أخرى ينظر الأخوة الأدنى مرتبة إلى الولد المفضل بحسد ويتوقون إلى أن يكونوا مكانه وهم لا يفهمون

سبب وجود هذه التفرقة بينهم. فيشعرون بالغضب من قدرهم الذين جعلهم غير متنعمين بجمال أو ذكاء أو سحر الولد المفضل، وهنا يكافحون حتى يحظوا برضا أهلهم، وأحياناً قد يرغبون في القيام بتضحية حقيقية من أجل تلقي حب أهلهم الذي يظهرونه للولد المفضل.

دخلت أديث إلى غرفة الجلوس وقالت لأبيها بصوت عذب: «اشتريت لك هذه البسكويتات التي تحبها. أرأيت ثوبي الجديد؟» ظل الوالد يقرأ الجريدة وتمتم «نعم» بدون أن يرفع نظره. وفي هذه اللحظة نزلت فيفيان الدرج، فرفع الوالد عينيه عن الجريدة وقال مبتسماً ابتسامة كبيرة: «انظروا من هنا». أخفضت أديث نظرها وغادرت الغرفة وهي تشعر بالغصة.

لقد أظهر هذا الوالد تمييزاً واضحاً بين الفتاتين ففيفيان هي الملكة أما أختها فشخص ليس له اعتبار. لم أتفاجأ عندما علمت أن أديث حين كبرت، أصبحت مدمنة على الكحول والمخدرات. وقد تزوجت مرتين وكانت تجد صعوبة في إيجاد وظيفة تثبت عليها، علماً أنها كانت ستخولها إعالة ولدين. إن طفولة كهذه أثّرت في احترامها لذاتها وفي قدرتها على التواصل مع الناس.

إن تمييز الوالد بين الأختين أعطاها الرسالة التالية: «أنت شخص غير صالح كفاية بالنسبة لي. وأنت شخص غير جدير باهتمامي»، فكان أن كبرت أديث معتقدة أن كل ما هو جيد هو لأختها وأنها لا تستحق غير الفتات والبقايا. والحياة

أعطتها ما اعتقدت أنها تستحقه: الفتات. **الواقع أن الحياة لا تعطينا أكثر مما نعتقد أننا نستحقه**. إننا نغش أنفسنا عندما نفكر أننا ضحية الواقع المحدود، لأننا نحن الذين قيدنا حياتنا بمواقفنا وآرائنا وبما آمنا به واعتقدناه عن الحياة. والنتيجة أننا خلقنا بأفكارنا هذه، الواقع الضيق المر، علماً أنه كان بمقدورنا أن نحظى بحياة ملؤها النجاح والخير.

عندما يكون في العائلة شخص واحد مفضل، ندمر حيوية العائلة. فالتنافس والحسد يؤديان إلى قطع العلاقات بين الشخص المفضل وبين إخوته وأهله.

اتهمت لوسي أمها بغضب: «لماذا لا توبخين لوري أبداً؟». عندما حاولت الأم الرد أدارت ظهرها لأمها وأغلقت باب غرفتها على نفسها.

بعد ساعة عندما رأت الأم أن لوسي قد هدأت، دخلت إلى غرفتها وجلست على سريرها: «أنت تعرفين يا حبيبتي أنك هامة جداً بالنسبة لي وأنت تعرفين مقدار حبي لك. لا يمكنني أن أتخيّل هذا البيت بدونك. هل لديك فكرة كم اشتقت إليك الأسبوع الماضي حينما كنت في المخيّم؟ ولكن الحقيقة أننا أنا وأنت لا نتفق ونظل في حالة صراع. يكفي أن تقول إحدانا كلمة واحدة حتى نبدأ شجاراً جديداً. أتعرفين ماذا؟ اعتقد أن السبب هو أننا نشبه بعضنا بعضاً. تحب كل واحدة منا إعطاء الأوامر وتعتقد كل منا أننا على حق. الشيء ذاته كان يحدث معي ومع أبي. أختك من جهة أخرى

هادئة ولعل هذا هو السبب الذي جعلني لا أتشاجر معها ابداً. ولكن هذا لا يعني أني أحبها أكثر منك، المسألة كل المسألة أننا نتصادم أقل. أعود فأقول لك أنا أحبك من كل قلبي».

من السخافة أن نتوقع أن تكون علاقتنا مع كل واحد من أولادنا متشابهة، ذلك أن لكل ولد طبعاً وهذا يعني أن علاقتنا مع أحدهم قد تمشي بسلاسة وهدوء فيما قد تكون مع الآخر مواجهات مستمرة. من الهام أن نتذكر أن بالإمكان تحويل الحرارة أو النار التي قد تنشأ عن الاحتكاك الناتج عن الصراع إلى هدف نبيل وتسهيل مستوى عال من الوعي. العلاقات التي تعتبر «صعبة» هي بالتحديد العلاقات التي تحتوي على إمكانات كبيرة إذ تعكس أجزاء من أنفسنا ننكرها في اللحظة الحاضرة، أجزاء نعرف أنها جزء من شخصيتنا ولكننا غالباً ما نرفض القبول بها.

«ذلك الشاب عنيد جداً. كم مرة قلت لك إنه لن يدرس الفن المعماري، بل سيتولى أعمال العائلة. هذا قرار نهائي وانتهى الموضوع»

أتساءل هنا من هو الأكثر عناداً يا ترى الأب أم الابن؟

إذا كنا نتشاجر دائماً مع أولادنا، فهذا لا يعني بالضرورة أنهم لايحتلون مكاناً في قلوبنا. نحن نحبهم جميعاً مع العلم أن علاقتنا مع بعضهم قد تكون أسهل من علاقتنا مع بعضهم الآخر. حينما نعرف طبعنا ونعمل عليه، يمكننا أن نفهم لماذا نختلف مع بعض الأشخاص ونتفق مع آخرين. إذا جعلنا

أولادنا في مراهقتهم يفهمون هذا، يمكننا أن نساعد في تحسين علاقتنا بهم. ولكن حينما نفعل ذلك، فلنعتزم أولاً العمل على عيوبنا ومشاكلنا بدل لفت انتباه المراهقين إلى عيوبهم ونقائصهم. عندما نتغيّر تتغيّر علاقتنا بالآخرين تلقائياً؛ الأمر أشبه بإضافة قطعة إلى لوحة البازل الأمر الذي يغيّر اللوحة كليّاً.

المواقف التي تؤذي الطفل

عندما	من خلال	الرسالة التي يوصلونها إلى الولد	ماذا يشعر الطفل	النتائج	ما الذي يساعده إيجابياً
يمتلك الأهل توقعات ضيقة الأفق	- رغبتهم في أن يكون الولد كما يريدون - «أريدك أن تكون رياضياً، ذكياً، هادئاً، اجتماعياً..» - محاولة قولبته - رغبتهم في تغيير طبعه	- «عليك أن تحقق أحلامي» - «أحبك وأتقبلك فقط إذا كنت كما أتوقع»	- «أشعر بأني لست نفسي» - «عليّ التضحية بأحلامي وأهدافي من أجلهم لكي يحبوني» - «أشكل خيبة أمل لأهلي»	- الخجل - الاستياء - التمرد - الشعور بالذنب - الشعور بعدم الأهلية والكفاءة - الاكتئاب	- التوقعات الواسعة الأفق - عدم اعتبار ابني امتداداً لي - أحترم شخصيته - أثق به وأتقبل أخطاءه - الحب غير المشروط

عندما	من خلال	الرسالة التي يوصلونها إلى الولد	ماذا يشعر الطفل	النتائج	ما الذي يساعده إيجابياً
- يفرط الأهل في الحماية	- قيامهم بما يقدر الطفل على القيام به - حل مشاكله نيابة عنه	- «أنت غير كفؤ» - «أنت تعتمد عليّ لأنك لا تقدر على التصرّف وحدك». - «أنت عديم الجدوى» - «العالم مكان خطر»	- «إنني شخص عديم الجدوى» - «لا يمكنني القيام بالأمور وحدي» - «أنا خائف» - «أنا ضعيف»	- الاتكالية والتماهي - الشعور بعدم الكفاءة - الضعف - عدم الشعور بالأمان - الخوف - الشعور بأنه ضحية - الكسل - الجبن	- التدريب - حثه على الاستقلالية - مساعدته على القيام بالأمور بنفسه - العمل على حل مشكلة الخوف من الانفصال - عدم تدخل الأهل في ما لا يعنيهم

عندما	من خلال	الرسالة التي يوصلونها إلى الولد	ماذا يشعر الطفل	النتائج	ما الذي يساعده إيجابياً
- يقارن الأهل	- «أنت أفضل من..» - «أنت أسوأ من..»	- «لا قيمة لك إلا مقارنة مع الآخرين» - «ليس لديك قيمة شخصية» - «عليك أن تكونَ الأفضل حتى أحبك»	- يشعر أن عليه أن يقارن نفسه دائماً بالآخرين ليعرف قيمته - يشعر أن عليه أن ينافس الآخرين دوماً - يشعر بأنه بحاجة إلى تقدير الآخرين له	- إذا ربح، سيشعر بالفوقية معتقداً أنه يفوق الآخرين أهمية. وإذا خسر، فسيشعر بالفشل - شعور دائم بعدم الرضا والحسد والغيرة والخيانة والادعاء - متاعب واحتكاكات في علاقاته الشخصية	- إلغاء المقارنات - تقدير الفروقات بين الناس - طمأنته إلى مكانته في العائلة - عدم التفضيل بين أحد وآخر - إذا خسرنا فهذا لايعني أننا فاشلون بل يعني فقط أننا نفتقر إلى مهارة ما

عندما	من خلال	الرسالة التي يوصلونها إلى الولد	ماذا يشعر الطفل	النتائج	ما الذي يساعده إيجابياً
- يهين الأهل	- نعتهم الأولاد: «أنت مستقو، متنمر، شارد الذهن، شرّير» - الاستهزاء بهم، والتهكم عليهم والتعليق عليهم والسخرية منهم وانتقادهم أمام الآخرين	- «لن تتغير أبداً» - «لا أمل منك» - «يحق لي أن أصب غضبي عليك»	- «أنا عديم الجدوى» - «أنا على خطأ» - «أنا ميؤوس منّي» - «أستحق الأسوأ»	- الاستياء - الخوف - الكره - خجل الطفولة - الوقاحة - الوقوف دائماً موقف الدفاع - الشعور بأنه الضحية - الخجل - ضعف العزيمة - العجز	- تهدئة نفسي قبل المباشرة بتصويب تصرف خطأ - تصويب تصرف الطفل على انفراد وليس أمام الآخرين - تصحيح التصرف الخطأ وليس تحطيم الطفل - التعاطف مع الطفل ووضع نفسي مكانه - الصبر - تقبل الأغلاط كوسيلة للتعلم

الخلاصة

تربية الأولاد عملية معقدة، والنية الطيبة لا تكفي لتجعلنا نرافقهم في عملية نموهم. منذ عقود كان الأهل يملكون ثلاثة مصادر من الدعم غير المشروط: المجتمع، الغريزة الأبوية وغريزة الأمومة، والحس السليم. ولكن بعدما فقدنا هذه العناصر الداعمة، بتنا بحاجة إلى تنمية: 1) المعرفة مع الفهم والإدراك و2) فحص الذات و3) الشجاعة. دعونا ندرس معاني هذه المفاهيم الثلاث.

المعرفة مع الفهم والإدراك

تعني المعرفة مع الفهم والإدراك، التغلغل في مراحل الطفولة والمراهقة من أجل أن نفهم بشكل كامل عملية النضج. وتعني أن نطلّع وندرس ونراقب في سبيل أن ندخل إلى عالمه مدركين أن الطفل يعيش في حالة من الوعي مختلفة وأن أولوياته واهتماماته وهمومه مختلفة عن أولوياتنا واهتماماتنا وهمومنا. وتعني أن نفهم كيف يكبر الولد معززين شخصيته حتى يصبح راشداً.

فحص الذات

فحص الذات أساسي من أجل أن نميّز ما بين مصلحة الطفل وما بين رغباتنا كأهل التي يمكن تصطبغ وتتلون بالاستياء أو الخوف أوالغضب أو الأنانية أو الشعور بالذنب. وفحص الذات يتطلب تنمية المراقب الداخلي الذي هو الجزء الموجود في داخلنا الذي يقيّم كل شيء بموضوعية وتجرد. إذا أخذنا المراقب أو الشاهد بعين الاعتبار، نكون قادرين على تقييم الوضع وهذا سيجعلنا نعرف ما الاتجاه الذي علينا أن نسلكه، على أن نراقب بصدق لماذا نتخذ بعض القرارات ونتحمل عواقب المسؤولية.

عندما نتعوّد على تقييم أنفسنا، نتعلم التمييز ما بين حاجاتنا العاطفية وما بين حاجات أولادنا العاطفية. نبدأ برؤية متى تكون نوايانا غير سوية: متى نستعمل التلاعب والإهانة والتهويل والحط من قيمة الولد ومتى ننسى أنهم الأولاد وأننا الأهل. ومتى ننسى أيضاً أنهم لم يخلقوا من أجل إمتاعنا ولا من أجل تعظيم صورتنا في أعين الآخرين ولا من أجل تحقيق أحلامنا بل من أجل أن نرشدهم ونوجههم محترمين بعمق شخصيتهم وقدرهم.

الشجاعة

إذا اكتسبنا المعرفة مع الفهم والإدراك وكافحنا حتى نصل إلى الوعي الكامل، سيبقى أمامنا شيء آخر هو تنمية

الشجاعة. حتى نكون قادرين على التقدم، سنحتاج بالتأكيد إلى الشجاعة. فالشجاعة هامة حتى نتغلب على الخوف عندما يهددنا أو يشلّنا وحتى نتجاهل الشعور بالذنب والقيام بالأفضل لطفلنا. كما أن الشجاعة مطلوبة من أجل الاعتراف بعيوبنا ونقائصنا ومن أجل المخاطرة بارتكاب الأغلاط ومن أجل تجاهل خوفنا مما يفكر فيه الآخرون ومعرفة كيف نتصرف حتى عندما لا يكون لدينا الأجوبة. والشجاعة هامة حتى نكتشف حقيقتنا ونعبّر عنها.

هذه الأمور الثلاثة هي جزء متمم لشخصية الأب أو الأم أو المعلم الذي يسعى إلى التوجيه عن وعي والذي يرغب أن يصبح شخصاً أفضل من خلال علاقته مع أولاده أو تلاميذه والذي يقدِّر تعايشه مع أولاده ويعتبرها فرصة لإغناء نفسه، ساعياً إلى تطوير ذاته عاطفياً وعقلياً وروحياً.

لقد اعترفت في المقدمة أني لم أكتب شيئاً جديداً ولعل كل ما قرأته هنا كان مألوفاً بالنسبة لك. ولكني آمل أن أكون قد أعدت صياغة المفاهيم بحيث يسهل تذكرها فتجد ما يساعدك على إلغاء ما هو مؤذ ومقيّد، بحيث تبلغ طموحاتك وتكون جديراً بحب ابنك لك.

الطفل أكرم من الراشد في إعطاء الحب، فهو يحب أهله دائماً. إنه يحبهم وسيستمر في حبهم حتى لو أهانوه أو آذوه أو أساؤوا معاملته وأساؤوا إليه. وإذا أرسلوه ليعيش مع غيرهم ليعيش حياة أفضل، فسيفضل البقاء مع أهله على

العيش مع غيرهم عيشة أفضل. يعطي الطفل الحب بحرية ومن دون قيد أو شرط.

أتمنّى أن نستحق هذا الحب عبر بذل كل ما في وسعنا لكي نزيد مستوى وعينا!

ملخص العبارات التوكيدية

عبارات على الأهل المستعجلين تكرارها

- أنا أجلّ واحترم توقيت أولادي
- عندما أنتبه لأولادي، أغذي روحهم
- مسرور أنا لأنني آخذ وقتي لإمتاع طفلي
- أرغب في التخلص من الاستعجال في سبيل أن أتفهم ولدي

عبارات على الأهل عامة تكرارها

- أختار أن أكون واعٍ لكي أربي ابني بأفضل شكل ممكن
- أحب نفسي وأقبلها. وكذلك أحب ابني وأقبله
- أكون أنا القدوة لكي ألهم ابني التفتّح والنمو
- أستمتع بتقدير الجهود التي يبذلها ابني وأشجعه ليستمرّ
- أختار بوعي الأفضل لابني
- الحب هو أعظم هدية أمنحها لابني وهو وحده يكفي
- أنا أقدّر وأحترم قدر أولادي في هذه الحياة، وأشعر بامتنان كبير لأجل النعم التي منحوني إياها في حياتي

عبارات للأهل الغاضبين

- أنا وحدي المسؤول عن غضبي
- أشعر بالغضب وأعبّر عنه من دون أن أؤذي أولادي
- أؤدِّب طفلي بحب
- أصبر على طفلي وأتفهّمه

عبارات للأهل الذين يرغبون في استعادة مساحتهم الخاصة

- يحق لي أن يكون لي مساحة خاصة وعليّ كراشد أن أتخذ القرار الضروري للحفاظ عليها
- أستحق أن أستريح وأن أستعيد قواي لأكون أماً محبة غداً
- عندما أمنح ابني مساحته الخاصة، أجعله حراً حتى ينمّي استقلاليته وفرادته

عبارات للأهل الذين لا يشعرون بالأمان

- أثق بحسي الداخلي فيما يتعلق بتربية أولادي
- أثق بقدرتي على تلبية حاجات ولدي.

عبارات للأهل الذين يجدون صعوبة في وضع الحدود

- الحدود التي أضعها لابني تصب في مصلحته وفي مصلحتي

- أضع الحدود عندما أرى أن ذلك ضروري
- أتحمّل مسؤولية الحدود التي أضعها

العبارات التي على الأهل المتساهلين تكرارها

- لقد قررت ان أكون مسؤولاً عن تربية أولادي
- أقوم بخياراتي عن وعي من أجل وضع الحدود

عبارات للأهل الذين يهملون أولادهم ويتجاهلونهم

- أحمد ربي على نعمة تربية طفلي
- اخترت أن أهتم بطفلي بصبر وتفهم
- أنا أحمي طفلي وأرعاه بحب
- أتقبل مسؤوليتي كأم (أو أب) بفرح وسرور
- أستمتع مع ابني

عبارات للأهل المسيطرين

- سأتخلى عن التحكم والسيطرة وأثق في مسيرة الحياة
- أنا شخص مرن أتكيّف مع التغيرات التي تحدث في الحياة بشكل دائم
- أثق بالحياة وقدرة طفلي على التعلُّم والنضج

عبارات للأهل الخائفين

- قررت أن أربي ولدي وأنا متحرر من مخاوفي وقلقي

- سأتغلب على مخاوفي لأتمكن من إرشاد طفلي بثقة
- قررت أن أتحمّل المسؤولية وأن أتصرف رغماً عن مخاوفي
- سأعلّم أولادي أخذ الحيطة والحذر إنما بدون أن أزرع فيهم الخوف

عبارات للأهل الذين يفرطون في حماية أبنائهم

- أشجع ولدي على تعلم مواجهة الحياة وأساعده على تنمية شخصية مستقلة واثقة من نفسها
- أسمح لولدي بارتكاب الأغلاط مدركاً أن هذه الأغلاط وسيلة ليتعلم
- أساعد ولدي على تنمية قدرته على التعلم والنضج
- أتغلب على مخاوفي عبر السماح لنفسي بتركه يتعلم وحده
- أمدح قدرة ولدي على التعلم وحده

عبارات للأهل ذوي التوقعات المحددة الجامدة

- أعترف بأن ابني كائن مستقل وأجلّ وأحترم شخصيته الفريدة وقدره
- أجلّ وأحترم كينونته وأحتفي بإنجازاته
- سأعطي ابني الحرية ليبحث عن دربه بنفسه

عبارات للأهل الذين يطلبون الكمال

- أخاطر بارتكاب الأخطاء وأسامح نفسي على أخطائي
- أنا لطيف وشفوق بنفسي
- أحب كوني شخصاً مرناً ومتسامحاً مع نفسي والآخرين

عبارات للأهل الذين يقارنون

- أقدّر قوة طفلي الداخلية ومواهبه وأدعم خياراته التي يقوم بها من أجل تطوره
- أقدِّر الخصائص الفريدة لكل ولد من أولادي
- أحترم فرادة طفلي
- لأن المقارنة تؤذي تقدير طفلي لذاته، سأكبح نفسي عن مقارنته بالآخرين
- أحترم الاختلاف عند جميع أولادي

عبارات للأهل الذين يريدون أن يأخذوا مكانهم المناسب في الترتيب العائلي

- أدرك مكان ابني أو ابنتي في العائلة وآخذ على عاتقي دوري كأب أو أم ذي سلطة أبوية
- في هذا الوضع، أنا الراشد الواعي والناضج
- أنا الراشد وأنت القاصر

عبارات للأهل المتساهلين

- أختار أن أكون مسؤولاً عن تربية ابني
- أقوم بخيارات واعية لوضع حدود يلتزم بها ابني

عبارات للأهل الذين يودّون استعادة سلطتهم

- يحتاجني ابن كسلطة إيجابية
- أفرض سلطتي من خلال احترام نفسي واحترام ابني
- أمارس سلطتي كأهل بكرامة واحترام
- أختار استعادة سلطتي كأهل من خلال قيامي بخيارات واعية

عبارات على المعلّمين تكرارها

- قررت أن أتحمل مسؤوليتي كأستاذ
- سأتولى مهنتي بجدية ومسؤولية وحماس
- أستمتع بأن أكون ملهم تلاميذي
- أنشر تعليمي بحماس وسرور
- قررت أن أعلّم تلاميذي باحترام عميق
- أنا أستحق، كوني معلماً متفانياً، أن يحترمني تلاميذي
- الحدود التي أضعها لتلاميذي تصب في خانة مصلحتهم ومصلحتي
- أملك القدرة والقوة لوضع الحدود لتلاميذي

الكتب الصادرة عن دار الفراشة

1. وداعاً لآلام المفاصل والظهر
2. البطن المثالي
3. الف لعبة مسلية
4. جمال بلا حدود
5. اختيار جنس المولود
6. دليل المرأة
7. اعرف شخصيتك وشخصية الآخرين
8. تربية الطفل 1100 وسيلة عملية
9. الأوراك والأرداف المثالية
10. 150 طريقة لتنمية ذكاء الطفل
11. ريجيم الحساء
12. الصدر المثالي في 10 دقائق يومياً
13. قاموس تفسير الاحلام
14. دليل المرأة الحامل
15. حياتك بعد الولادة
16. 200 وصفة طبيعية
17. تخلصي من السلوليت
18. أسرار العلاج بزيت الزيتون
19. الرجل والمرأة
20. الغذاء الصحي الياباني
21. الشفاء بتدليك القدمين

22. أسرار العلاج بالشاي الأخضر
23. البطن هو السبب!
24. موسوعة الحياة الجنسية
25. السكري
26. 60 نصيحة لأوجاع الظهر
27. أسرار العلاج بالثوم
28. وصفات الجمال السحرية
29. 4 فئات دم 4 أنظمة غذائية
30. الريجيم المثالي
31. طعام بلادنا غذاء ودواء
32. العلاجات المعجزة لأمراض القلب
33. دليل الوحدات الحرارية
34. 9 شخصيات تسع طرق للنجاح
35. أسرار العلاج بالحامض
36. ريجيم التخلص من الماء الزائد
37. التربية الذكية
38. فئة الدم O
39. فئة الدم A
40. فئة الدم B
41. فئة الدم AB
42. دليل قراءة الكف
43. 60 نصيحة لبطن مثالي
44. الغذاء لتنمية الذكاء
45. ريجيم ال Zone
46. 60 نصيحة لتنظيف الجسم من السموم
47. المعاني الخفية لحركات الجسد
48. ريجيم آتكنز
49. نوستراداموس: كتاب تفسير الاحلام
50. في بيتنا مراهق!

51. الشفاء باليوغا
52. اعمل أقل... تنجح أكثر!
53. أسرار العلاج بالألوان
54. 120 نصيحة لأوجاع الرأس
55. غيري حياتك... الآن
56. علاجك بين يديك
57. أسرار الشفاء... في قلبك!
58. الغذاء المناسب بحسب طبعك
59. وصفات حامية... جداً!
60. ولدي ذكي ولكن...
61. أسرار العلاج بالصوم
62. كلمات نقتل بها أولادنا
63. الحليب هو السبب
64. تخلص من رائحة الفم
65. لا تدعوا القرن 21 يقتلكم
66. الريجيم حقائق وأكاذيب
67. موسوعة الريجيم والتغذية المثلى GL
68. 120 وصفة شهية للسكري
69. العلاجات المعجزة لأمراض المعدة
70. الحساسية: العلاج بحسب فئات الدم
71. كوني الأجمل
72. السكر يجعلك غبياً والدهون تجعلك ذكياً
73. العلاجات المعجزة للصحة النفسية
74. جسمك يتكلم، اسمعه
75. لماذا تقضم الفتاة أظافرها؟ ولماذا يشخر الرجل؟
76. ولدي يخاف... ماذا أفعل؟
77. 120 وصفة شهية للنحافة
78. المعاني الخفية لحركات السياسيين
79. تنظيف الكبد من السموم في 9 أيام

80. أنقذوا الطفل في داخلكم
81. تنمية الإبداع عند الأولاد
82. قوة الشفاء في الفاكهة
83. موسوعة الطبخ الصحي بحسب فئة دمك
84. 3 مفاتيح للتفوق في المدرسة
85. أسرارنا في أقدامنا
86. 120 وصفة شهية نباتية
87. 120 وصفة شهية لضغط الدم المرتفع
88. قوة الشفاء في الحبوب المنبّتة
89. ذاكرة الجسد تشفيك
90. ولدي صعب... ماذا أفعل
91. التعب المزمن بحسب فئات الدم
92. شباب دائم بعد الأربعين بحسب فئات الدم
93. صحة المرأة بعد الأربعين بحسب فئات الدم
94. الرجال والنساء - حقائق مذهلة
95. قوة الشفاء في بذور الكتان
96. تخلص من مشاكل الجلد من دون دواء
97. مئة قصة وقصة لحل مشاكل أولادكم 2/1
98. الغذاء المثالي للأم والطفل
99. لكل مزاج علاج
100. كيف تصبح قائداً ناجحاً
101. التربية السهلة
102. وداعاً لأمراض القلب
103. 7 أخطاء يرتكبها الأزواج
104. الإنترنت كيف نحمي أولادنا وحياتنا الخاصة
105. كلمات قاتلة... لا تقولوها أبداً!
106. كيف تكسب المال بدون تعب
107. EFT ريجيم الـ 30 ثانية

هل تشبه هذه التعليقات واحداً من أولادكم؟

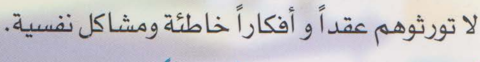
لا يسمع، لا يرى، لا يتكلم كما يجب، لا يحترم والديه، لا يوقّر معلّميه، لا قيمة عنده لشيء، يستهلك بشكل مفرط، عنيد يريد أن تسير الدنيا على هواه، مدلّل إلى درجة الفساد، لا يعرف الصبر و لا المثابرة...

هل يمكن أن تكون تربيتنا لأولادنا هي المشكلة ؟

هل توقعاتنا منهم هي التعويض عن خيباتنا نحن في الحياة؟

هل نحميهم أكثر من اللازم ؟

هذا الكتاب يقدم لكم حلولاً عملية تحرركم من خوفكم و إحساسكم بالذنب و ضياعكم بين التربية العصرية والأساليب التقليدية.



لا تورثوهم عقداً و أفكاراً خاطئة ومشاكل نفسية.

أطلقوهم إلى الحياة أحراراً!

روزا باروسيو ROSA BAROCIO

متخصصة في العلاقات الإنسانية والتربية. مدرّبة ومحاضرة في العديد من الدول، منها المكسيك والولايات المتحدة، أوروبا وأميركا الجنوبية وآسيا. في رصيدها 30 سنة من الخبرة في مجال تربية الأولاد وتوجيه العائلات.

لبنان 5000 ل.ل.	الكويت 1 دينار	البحرين 1,5 دينار	تونس 4,9 دينار
سوريا 150 ل.س.	الإمارات 15 درهم	عُمان 1,5 ريال	الجزائر 280 دينار
الأردن 2,5 دينار	قطر 15 ريال	مصر 15 جنيه	المغرب 30 درهم



ISBN 978-9953-15-542-5

www.darelfarasha.com